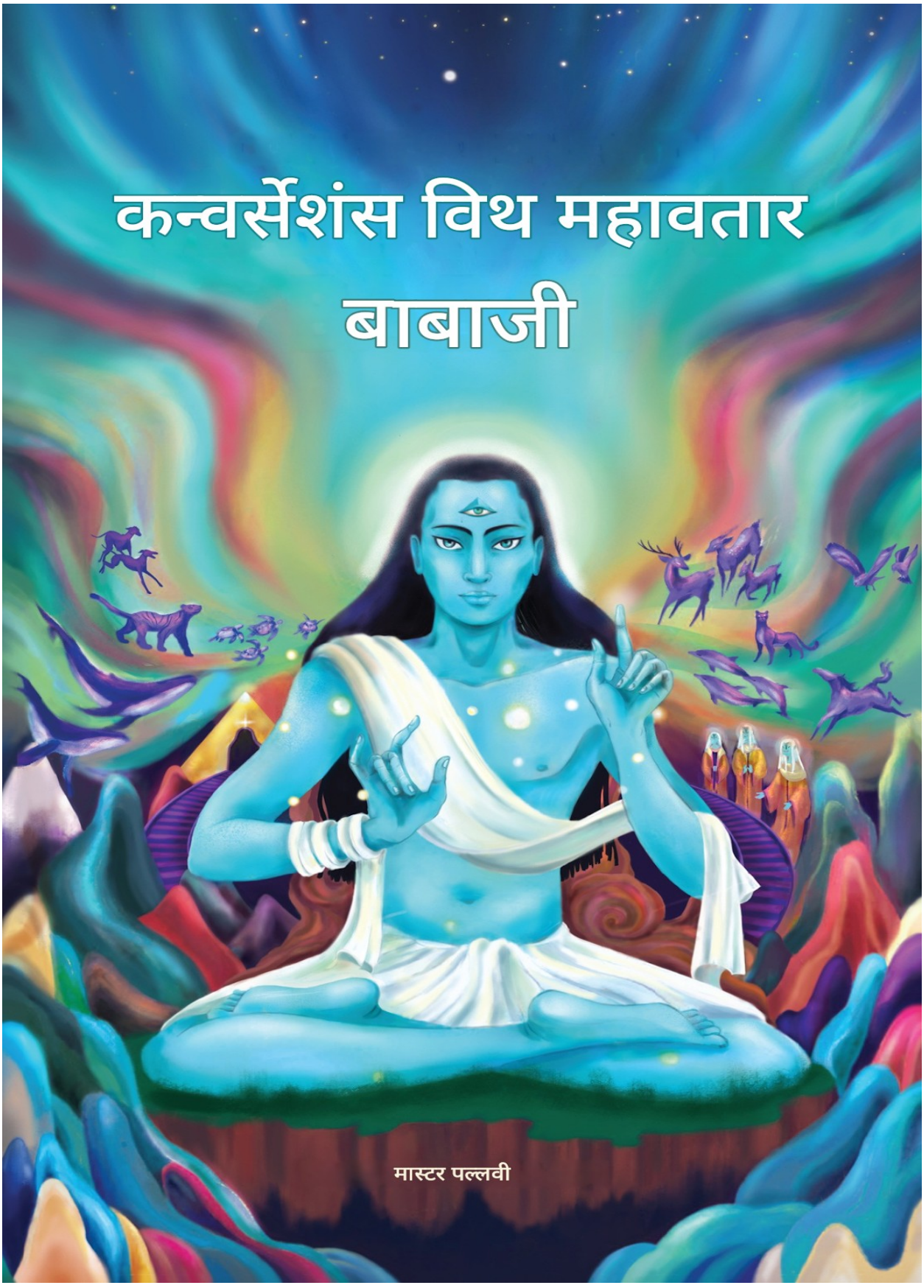
कन्वर्सेशंस विथ महावतार बाबाजी



मास्टर पल्लवी

बात चीत

महावतार

बाबा

मास्टर पल्लवी
एमबी पब्लिशिंग हाउस

[redacted] © 2019 [redacted]
[redacted] [redacted] [redacted] [redacted] 2019 [redacted] [redacted] [redacted]
[redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [redacted]
[redacted] [redacted] [redacted] [redacted] [

हम ईश्वर हैं और हम दूसरों से संवाद कर सकते हैं।
देवता। सब कुछ केवल गहन प्रयास से ही संभव है।
ध्यान साधना। अनापानसति ध्यान।
क्रांति का मार्ग सभी के लिए यही है। जब
मन शांत है, आत्मा स्वयं को आत्मा के समक्ष प्रकट करती है।
“पल्लवी हमारी वरिष्ठ पिरामिड मास्टर हैं। मैं बहुत ख़ुशी है कि उसे महावतार बाबाजी के साथ अनुभव है।
पृथ्वीवासियों के एकजुट होने का समय आ गया है। बाह्य-ग्रहीय।"
शाकाहारी बनो और ध्यान करो। आइए आनंद लें।
प्रकाश युग में सामंजस्य का सार।" Brahmarshi Pithamaha Patriji

प्रस्तावना

भारतीय परंपरा में "बाबाजी" एक जाना-पहचाना नाम है, विशेषकर उन लोगों के लिए जिन्होंने आध्यात्मिकता के मार्ग पर चलना शुरू किया है। महावतार बाबाजी के साथ मेरी यात्रा वर्ष 2009 में शुरू हुई, जब इस रहस्यमय नाम के पीछे छिपे प्रेम, दिव्य आभा और मोहक शक्ति का अहसास मेरे भीतर हुआ। तब से मेरा जीवन पथ कल्पना से परे अविस्मरणीय रहा है।
मेरा जन्म 3 सितंबर, 1986 को महाराष्ट्र के बीड जिले के एक पारंपरिक हिंदू परिवार में हुआ था। मुझे भारतीय घरों में प्रचलित रीति-रिवाजों और मंत्रों के माध्यम से ईश्वर की स्तुति करने की परंपरा विरासत में मिली। बचपन में मैं ईश्वर की पूजा तो करता था, लेकिन न तो ईश्वर के बारे में किए गए प्रचार से जुड़ पाया और न ही कोई ऐसा व्यक्ति मिला जो ईश्वर से संबंधित मेरे प्रश्नों, विशेषकर नाम के अर्थ को, समझा सके।
बाद में, किशोरावस्था में, सत्य को जानने की मेरी खोज और गहरी हो गई। मेरे मन में ऐसे विद्रोही विचार आए, जिनसे हममें से अधिकांश लोग ईश्वर या परम सत्य को पाने की कोशिश में गुज़रते हैं। अंततः, मेरे जीवन में वह दिन आ गया और प्रकाश की ओर ले जाने वाले द्वार की मेरी प्रतीक्षा समाप्त हो गई।
जब मैं तमिलनाडु के चेन्नई से स्नातक की पढ़ाई कर रहा था, तब मेरी रूममेट की मां, जो एक आध्यात्मिक साधिका थीं, ने मुझे ध्यान करना सिखाया। शुरू में, मैंने इसे गंभीरता से नहीं लिया और न ही बहुत मेहनत की... लेकिन चार महीने बाद, मुझे ध्यान करने की गहरी इच्छा हुई और मुझे उम्मीद थी कि इससे मुझे जीवन के बारे में मेरे सभी सवालों के जवाब मिल जाएंगे, जो सामान्य जीवन से परे हैं।
22 अप्रैल 2006 की आधी रात थी। मैं आंखें बंद करके, हाथ जोड़कर, पैर मोड़कर ध्यान में बैठा और अपनी स्वाभाविक सांसों पर ध्यान केंद्रित किया। अपनी सांसों को देखते हुए मुझे अपने मन के बारे में एक बुनियादी सच्चाई का एहसास हुआ - "मैं अपने दिमाग में बहुत ज्यादा सोचता रहता हूं और इसे कम करने की जरूरत है।" उसी क्षण मेरे मन में एक विचार आया, कि जब हमारे मन में विचारों का निरंतर मंथन चलता रहता है तो हम ईश्वर का अनुभव या दर्शन कैसे कर सकते हैं? मुझे गहराई से महसूस हुआ कि मुझे अपने विचारों पर काम करने और

नकारात्मक आदतों से खुद को मुक्त करने की जरूरत है। धीरे-धीरे मैं वापस अपनी सांसों पर ध्यान केंद्रित करने लगा।
ध्यान की प्रक्रिया शुरू होने के 15 मिनट बाद, मुझे महसूस हुआ कि मेरा मन शांत हो रहा है और पहली बार मेरे भीतर एक गहरी शांति का अनुभव हुआ। ध्यान के अंतिम दो मिनटों के दौरान, मैंने अपने भीतर एक तेज रोशनी देखी; जो सूर्य की तरह चमक रही थी। आश्चर्यचकित होकर मैंने अपनी आँखें खोलीं ताकि उस तेज रोशनी का स्रोत देख सकूँ, लेकिन कमरे में घोर अंधेरा था। मैंने फिर से अपनी आँखें बंद कर लीं और देखा कि वही रोशनी मेरे शरीर से निकल रही है। मेरे मन में सवाल उठा, "यह रोशनी क्या है?" और तभी मुझे एक आवाज सुनाई दी, "मैं तुम्हारी आत्मा हूँ।"
यह आत्म-साक्षात्कार का एक जीवन-परिवर्तनकारी अनुभव था। इसके बाद मैंने कभी पीछे मुड़कर नहीं देखा और मैं और अधिक जानने, और अधिक बुद्धिमान बनने के लिए उत्सुक हो गया और प्रतिदिन गहन ध्यान करने लगा।
मैं दो महीने से ध्यान का अभ्यास कर रहा था, तभी मुझे चेन्नई के गुरुओं द्वारा आयोजित एक ध्यान कार्यक्रम में पिरामिड स्पिरिचुअल सोसाइटीज़ मूवमेंट के संस्थापक ब्रह्मर्षि पितामहपत्रीजी से मिलने का अवसर मिला। उस दिन सुबह से ही मेरी खुशी का कोई ठिकाना नहीं था और मैं जानता था कि यह मेरे जीवन का एक बड़ा मोड़ होगा। जब मैं कार्यक्रम स्थल पर पहुँचा और उन्हें पहली बार देखा, तो मेरा अनुभव अद्भुत था—उनकी महानता आज भी मेरे लिए अवर्णनीय है और जब मैंने उन्हें यह कहते सुना, “हम सब ईश्वर हैं। आप भी एक ईश्वर हैं,” तो यह बात मेरे हृदय में गहराई तक उतर गई और मेरी आत्मा पर अमिट हो गई। मैंने कभी किसी को यह कहते नहीं सुना था कि ‘आप एक ईश्वर हैं’, मैं उनकी ऊर्जा से मंत्रमुग्ध हो गया था। मुझे समझ नहीं आ रहा था कि ऐसे प्रबुद्ध व्यक्ति से कैसे बात करूँ।
पैट्रिजी ने मेरी आँखों में गहराई से देखा और मुझे लगा कि वे मेरे बाहरी रूप को नहीं, बल्कि मेरी आत्मा को देख रहे हैं। अब मुझे यकीन हो गया था; मैं उनका ही इंतज़ार कर रही थी। सबसे अच्छी बात यह थी कि उन्होंने जादुई शब्द कहे, "आगे बढ़ते रहो, तुम खुद को पा लोगी और बहुत कुछ जान जाओगी।" उनके शब्द जितने रहस्यमय थे, मेरी ज़िंदगी सचमुच एक त्रयपूर्ण मोड़ पर पहुँच गई, मेरे जीवन के उद्देश्य की ओर रोमांचक यात्रा की शुरुआत हुई। आज मैं अपनी ज़िंदगी को पूरी तरह जी रही हूँ, हर पल का आनंद ले रही हूँ।

इस अनुभव के बाद, मेरे ध्यान सत्रों की अवधि बढ़ गई और मैंने 'आत्मा का ज्ञान' प्राप्त करके जीवन की कृपा का अनुभव करना शुरू कर दिया। अब तक की अपनी यात्रा में मैंने सीखा है कि 'आध्यात्मिक विज्ञान' ही हर प्रश्न का एकमात्र उत्तर है, क्योंकि अंततः हर प्रश्न का अस्तित्व समाप्त हो जाता है। हमारे प्रिय पैट्रिजी के प्रति मेरी हार्दिक कृतज्ञता, जो पिता तुल्य हैं और जिन्होंने विश्व को शाकाहारी बनाने और पिरामिड ऊर्जा के साथ ध्यान के बारे में जागरूकता फैलाने के लिए अपना मानव रूप समर्पित कर दिया।
यह पुस्तक महावतार बाबा जी के साथ मेरी यात्रा के बारे में पाठकों को बताने के लिए मेरी निजी डायरी है। वर्ष 2017 में, ध्यान करते समय मुझे उनका संदेश प्राप्त हुआ कि वर्ष 2018 में वे मुझे उनके जीवन-सफ़र को जनमानस तक पहुँचाने के लिए माध्यम बनने में सक्षम बनाएंगे। 5 अक्टूबर 2018 को उन्होंने मुझसे पहली बार प्रत्यक्ष संवाद किया और मेरी आत्मा आनंद से झूम उठी।

अंतर्वस्तु

शीर्षक पेज
कॉपीराइट
समर्पण
प्रस्तावना
परिचय
आभार
एक जादुई मुलाकात
आध्यात्मिकता की ओर पहला कदम
उच्च सत्य की प्राप्ति
सिरियन बाबाजी: समानांतर जीवन अस्तित्व आत्मा का कार्य
गुफा साहसिक कार्य
विविध प्रश्न
शारीरिक अमरता के पीछे का रहस्य विश्वास की ऊर्जा
बाबा जी के साथ प्रश्नोत्तर सत्र आत्म-जागरूकता विकसित करने की कुंजी बाबाजी मुद्रा की अवधारणा परिवर्तनकारी बैठकें!
शब्दावली
लेखक के बारे में
प्रकाशक की ओर से टिप्पणी

परिचय

महावतार बाबा जी का कार्य मेरे साथ तीन अलग-अलग स्तरों पर शुरू हुआ - दृष्टि (मैं देखता हूँ), श्रवण (मैं सुनता हूँ) और संवेदनशीलता (मैं महसूस करता हूँ)। यह कैसा अनुभव होता है, इसका वर्णन शब्दों में नहीं किया जा सकता, लेकिन मैं इसे एक ही समय में ईमेल प्राप्त करने, वीडियो देखने और फोन कॉल उठाने जैसा बताऊँगा, और तीनों को सीमित मानवीय शब्दावली में समझने की पूरी कोशिश करूँगा। अगर मैं इस कार्य का वर्णन शब्दों में कर सकूँ, तो मैं यही कहूँगा कि इस पुस्तक को लिखते समय मैं उस अलौकिक अनुभव को निहार रहा था; फिर भी, यह एक सुंदर, साहसिक और आत्मा के स्तर पर एक परम अनुभव था। बाबा जी के साथ काम करने का मतलब था अलग-अलग तरीकों से संदेश प्राप्त करना; कभी-कभी मेरा शरीर कंपन से हल्का और कभी भारी महसूस होता था। उनकी असाधारण जागरूकता के लिए मैं उन्हें नमन करता हूँ। उन्होंने मुझे मेरी मन की वास्तविक स्थिति को समझने में मदद की और जिस तरह से उन्होंने इसे प्रेरित किया, उससे मेरी अज्ञानता का कवच टूट गया। यह एक ऐसी पुस्तक है जिसका मूल्यांकन शब्दों की संख्या से नहीं, बल्कि इस कार्य में साझा और प्राप्त ऊर्जा के स्तर से किया जा सकता है। कुछ दिन मैं कई पृष्ठ लिख पाता था... और कुछ दिन मैं केवल कुछ पैराग्राफ ही लिख पाता था।
मुझे याद है, बचपन से ही मुझमें गहरी सहज बुद्धि थी, जन्म से ही दैवीय योजना और आत्मा की रचना के फलस्वरूप मुझमें मानसिक क्षमताएं थीं। मैं अपने संरक्षक देवदूतों और आध्यात्मिक गुरुओं से संवाद करती थी। जैसे-जैसे मैं बड़ी हुई, मैं इस अराजक भौतिक संसार में उलझ गई, जिसने मेरे मन को संदेह और प्रश्नों से भर दिया।
मैं दिवंगत आत्माओं से संवाद कर पाती थी। वे मुझसे संदेश साझा करती थीं, जो वे दुनिया को या किसी विशेष व्यक्ति को देना चाहती थीं। हालांकि, मुझे ऐसी आत्माओं की सहायता करने का तरीका समझ नहीं आता था और मैं अनिश्चित थी। इन अनुभवों से गुजरते हुए, मुझे यह बात पूरी तरह से समझ आ गई कि "आत्मा कभी नहीं मरती"। इस सत्य को जानने के बाद, मैंने कभी भी किसी ऐसे व्यक्ति के लिए नहीं रोया जिसने अपना शरीर त्याग दिया हो, यहां तक कि अपने करीबी परिवार के सदस्यों के लिए भी नहीं। जब मैं 12 वीं कक्षा में थी, मेरी एक

सहपाठी थी जो मेरे बगल वाली पंक्ति में बैठती थी। वह अंतर्मुखी थी, लेकिन फिर भी हम रोज़ाना बात करते थे।
एक दिन अपनी आध्यात्मिक यात्रा (नींद के दौरान शरीर से बाहर का अनुभव, जिसे हम सपने कहते हैं) के दौरान, मैंने देखा कि उसने आत्महत्या कर ली और फांसी लगा ली। मैं बस उस पूरे दृश्य को देख रहा था। मेरी आध्यात्मिक यात्रा के ठीक एक सप्ताह बाद, मुझे खबर मिली कि उसने आत्महत्या कर ली है। इससे मुझे आश्चर्य नहीं हुआ। स्थिति पर प्रतिक्रिया किए बिना, मैं अपने विचारों में गहराई से उतर गया ताकि यह देख सकूं कि मैं वास्तव में ऐसी आत्माओं की मदद कैसे कर सकता हूं। अब मैं उस आत्मा के कष्ट को समझ सकता हूं। मैं लोगों की सहानुभूति से प्रभावित नहीं हुआ, बल्कि मेरे भीतर गहरी समझ और सहानुभूति जागृत हुई, जिसने मुझे इन आत्माओं के लिए काम करने के अपने निर्णय में दृढ़ बना दिया। बहुत से लोग ऐसी मानसिक क्षमताओं के साथ पैदा होते हैं... लेकिन वे इसके पीछे के विज्ञान को नहीं जानते। वे बदले में भविष्यवाणियां करने और व्यक्तिगत स्तर पर अनुभवों में हस्तक्षेप करने के काम में लग जाते हैं। यह उनकी अज्ञानता से उत्पन्न होता है और वे ब्रह्मांड की अनंत संभावनाओं को जानने का अवसर खो देते हैं। शुरुआत में शायद आपको इस जीवन की अपनी पूरी यात्रा का एहसास न हो, लेकिन आप धीरे-धीरे उन्हें खोजते जाएंगे, जिससे आपका समग्र विकास होगा। इससे आपको अपने जीवन पथ को सही ढंग से समझने में मदद मिलेगी।
जब लोग मुझसे पूछते थे कि क्या मैं बाबा जी को जानती हूँ, तो मैं हमेशा "नहीं" कहती थी, जब तक कि मुझे उनकी शक्तियों का प्रत्यक्ष अनुभव नहीं हो गया। जैसे-जैसे आपकी चेतना और जागरूकता बढ़ती है, आप स्वयं के अनुभव से दिव्य गुरुओं को थोड़ा-थोड़ा करके जान पाते हैं। मैं आध्यात्मिक जगत के कई आध्यात्मिक गुरुओं से मिली हूँ और उनकी परिवर्तनकारी कहानियों को जानना मुझे अत्यंत आनंद देता है और मेरे मन और आत्मा को उत्थान प्रदान करता है। आध्यात्मिक जगत के साथ काम करने की मेरी लगन दिन-प्रतिदिन बढ़ती जा रही है और मैं परलोक के बारे में और अधिक जानने के लिए गहराई में उतरने का भरपूर आनंद लेती हूँ।
“महावतार बाबाजी के साथ वार्तालाप” एक ऐसा प्रयास है जिसके माध्यम से आप यह समझ सकते हैं कि महावतार बाबाजी जैसे अतिचेतन स्वरूप विभिन्न माध्यमों और रूपों में कैसे कार्य करते हैं। कई विषय उन लोगों को अपरिचित लग सकते

हैं जिन्होंने अभी तक आध्यात्मिकता के मार्ग पर चलना शुरू नहीं किया है, लेकिन यह एक अवसर है कि आप उस ऊर्जा को अपने अवचेतन स्तर पर कार्य करने दें। यह पुस्तक एक मार्गदर्शिका या आध्यात्मिक आरंभिक किट की तरह है जो आपको आंतरिक परिवर्तन की दिशा में पहला कदम उठाने और बाबाजी की ऊर्जाओं को महसूस करने में मदद करेगी। बाबाजी चेतना से परिचित व्यक्ति इस पुस्तक के प्रत्येक शब्द का आनंद लेंगे और उनके मानवीय जीवन के बारे में अधिक जानने के लिए रोमांचित होंगे।
इस पुस्तक को पढ़ते समय आप देखेंगे कि आपकी समझ कैसे विकसित होती है। "महावतार बाबाजी के साथ वार्तालाप" पढ़ते हुए, जीवन के कुछ मूलभूत रहस्यमय तथ्य आपको स्वयं को बेहतर ढंग से जानने और समझने में सक्षम बनाएंगे। यह पुस्तक सभी आध्यात्मिक आत्माओं के लिए सहायक होगी, विशेषकर उनके लिए जो अपने जीवन में बाबाजी के अनुभव से पहले ही प्रभावित हो चुके हैं लेकिन अधिक स्पष्टता या प्रगति की तलाश में हैं। यह पुस्तक अज्ञात में बिना शर्त प्रवेश करने की दिशा में पहला कदम है, मानो वह ज्ञात हो। इस पुस्तक की चेतना आपको ऐसा महसूस कराएगी जैसे आप अपनी आत्मा को एक कोमल लेकिन दृढ़ आलिंगन में थामे हुए हैं, जो आपके जीवन को एक नए दृष्टिकोण से समृद्ध कर रहा है। इस पुस्तक का विशेष उद्देश्य सभी विश्वासियों और अविश्वासियों को यह स्पष्ट करना है कि महावतार बाबाजी जैसा शारीरिक रूप से अमर प्राणी आज के आधुनिक संसार में भी कैसे विद्यमान है; यदि कोई बाबाजी की शिक्षाओं के ज्ञान को ग्रहण करने के लिए तैयार है, तो यह साधक को आत्म-साक्षात्कार की प्रक्रिया में सहायता करेगा।
बाबा जी के साथ इस यात्रा ने मुझे व्यक्तिगत रूप से उन्हें एक "सार्वभौमिक महान आत्मा" के रूप में जानने में मदद की, जो अनेक लोगों के साथ कई तरीकों से कार्य कर रहे हैं। मैं धन्य और आभारी महसूस करता हूँ कि उन्होंने मुझे अपनी जीवन यात्रा के एक अंश को इस पुस्तक में दर्ज करने के लिए चुना। जब बाबा जी के साथ मेरा आत्मिक कार्य शुरू हुआ, तब वे मेरे लिए अज्ञात थे, लेकिन इस चेतन भौतिक वास्तविकता में उन्हें जानना वास्तव में एक सुंदर आश्चर्य का उपहार था। मुझे अभी भी उनकी ऊर्जाओं का अपना पहला धुंधला अनुभव याद है जब मेरा बस दुर्घटना में एक्सीडेंट हुआ था। मैंने अपनी खुली आँखों से तीन दिव्य सत्ताओं को देखा जिन्होंने मुझे बचाया; एक लंबे बालों वाला, एक लंबी दाढ़ी वाला और एक गंजा। वे कोई और नहीं बल्कि महावतार बाबा जी,

ब्रह्मर्षि पत्रीजी और लोबसांग रामपा थे जो मेरी मदद के लिए आए थे! पिरामिड स्पिरिचुअल सोसाइटीज मूवमेंट का हिस्सा बनने के बाद ही मुझे उनके बारे में पता चला, तब मुझे यह अहसास हुआ कि एक आध्यात्मिक व्यक्ति का जीवन हमेशा जीवन के रहस्यों की गहरी परतों को खोलने में लगा रहता है।

[redacted]

[redacted]
[redacted]
[redacted]

एक जादुई मुलाकात

वर्ष 2009 में, मैं पैट्रिजी और 200 पिरामिड मास्टर्स के साथ उत्तराखंड की यात्रा पर गया, जो हिमालय पर्वत श्रृंखला का सबसे सुंदर प्रवेश द्वार है। यह यात्रा बाबा जी की गुफा के लिए 'मास्टर्स' द्वारा दिव्य समय पर योजनाबद्ध की गई थी।
हिमालयी ऊर्जाओं से मेरा पहला परिचय हुआ। हर जगह असाधारण थी और हम सभी पैट्रिजी की मनमोहक बांसुरी वादन के साथ सामूहिक ध्यान की ऊर्जाओं से उसे पुनः जीवंत कर रहे थे। यात्रा के दौरान मेरी मुलाकात कई अद्भुत गुरुओं से हुई और पहली बार मुझे महावतार बाबा जी से परिचय हुआ। इसी यात्रा में मैंने उनकी तस्वीर देखी और अन्य पिरामिड गुरुओं के उनके साथ अनुभवों के बारे में जाना। इसने मुझे विस्मित कर दिया और उनके सानिध्य का अनुभव करने की मेरी हृदय में तीव्र इच्छा जागृत हुई।
जब से मुझे उनके बारे में पता चला, तब से मेरे भीतर एक अजीब सी अनुभूति होने लगी, शायद मेरी अटूट आस्था; मेरे भीतर एक ऐसी अग्नि जागृत हुई जिसने मुझे बताया कि महायोगी जल्द ही उनसे मिलने की मेरी इच्छा पूरी करेंगे। उन्हें प्रत्यक्ष रूप से देखने की एक प्रबल आध्यात्मिक इच्छा मेरे भीतर पनपी, जिसने मुझे परलोक के ज्ञान की तीव्र जिज्ञासा से भर दिया।
हमारा समूह रानीखेत से 53 किलोमीटर दूर स्थित 'कुकुचीना' नामक एक छोटे से गाँव में पहुँच गया था। रात के लिए हमने कुकुचीना से 21 किलोमीटर दूर द्वारहाट में शरण ली। हमने अगले दिन नाश्ते के बाद बाबा जी की गुफा की यात्रा शुरू करने की योजना बनाई थी, क्योंकि गुफा तक पहुँचने में लगभग डेढ़ घंटे का पैदल मार्ग था। अगले दिन जब मैं पहाड़ियों पर चढ़ रहा था, तो मेरे अंतर्मन ने मुझे प्रबल अनुभूति कराई कि बाबा जी उस दिन उनसे मिलने की मेरी सबसे गहरी इच्छा पूरी करेंगे। इसलिए, मैं पूरी एकाग्रता से चढ़ाई करता रहा, और उस सुंदर मिलन को न चूकने के लिए अपने होश पर ध्यान केंद्रित करता रहा जिसका अनुभव मैं करने वाला था।
मैं लगातार चढ़ाई कर रहा था, इसलिए थोड़ी देर रुका और पानी पीने के लिए एक बड़ी चट्टान पर बैठ गया। पानी पीते समय मैंने दूर से एक लंबी महिला को अपनी ओर आते देखा; वह श्वेत महिला थी, सफेद वस्त्र पहने हुए, बेहद खूबसूरत लग

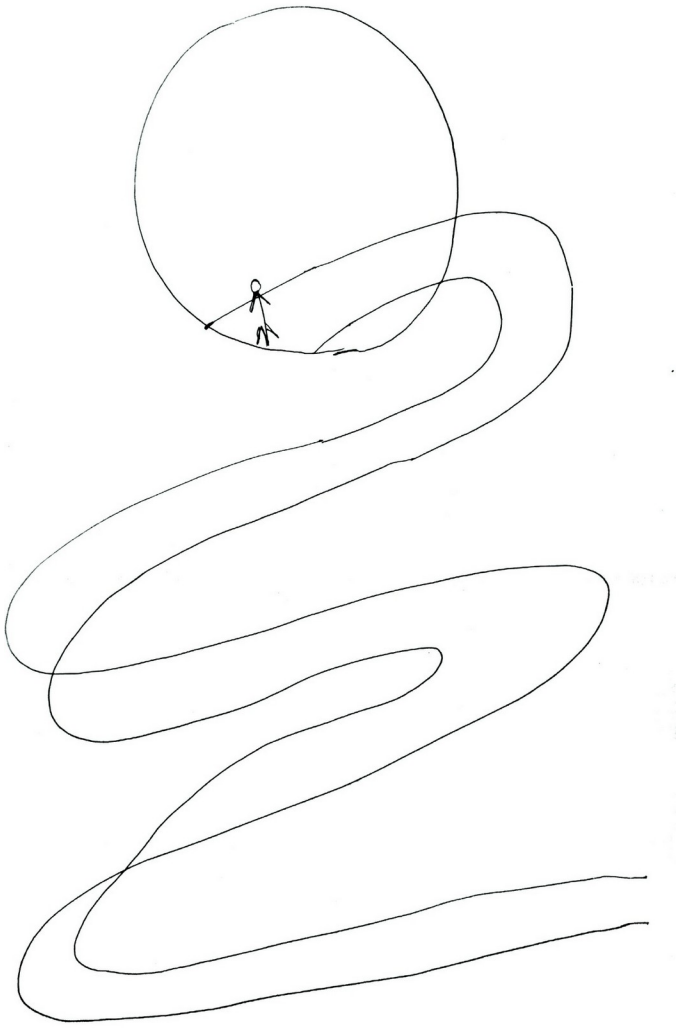
रही थी। वह मेरे सामने रुकी और कुछ पल तक मेरी आँखों में गहराई से देखती रही, मैंने भी उसकी आँखों में देखा और फिर बिना कुछ बोले चली गई। मुझे ऐसा लगा जैसे उस पल समय थम गया हो, क्योंकि उसकी ऊर्जा और उसकी मजबूत उपस्थिति ने मुझे स्तब्ध कर दिया था।
मैं इस मुलाकात से खुश तो थी, लेकिन साथ ही साथ लगभग चक्कर भी आ रहा था। मैं उठी और गुफा की ओर चलने लगी, तभी अचानक मेरे मन में सवाल उठा, “क्या ये महिला बाबा जी थीं?” मैंने तुरंत पीछे मुड़कर उन्हें देखा, और उसी क्षण उन्होंने भी मेरी ओर मुड़कर देखा, मुस्कुराते हुए एक अर्थपूर्ण दृष्टि से कहा — “आपने मुझे पहचान लिया!”, और हमारे संक्षिप्त मौन संवाद के बाद वे हवा में गायब हो गईं। बाबा जी के साथ हुए इस अनुभव से मैं रोमांचित थी और मेरा हृदय अपार खुशी और कृतज्ञता से भर गया था। बाबा जी की अद्भुत रूप बदलने की क्षमता से मेरा यह पहला सामना था।
गुफा तक पहुँचने में 1 घंटा 30 मिनट का पैदल सफर लगा और अपने गंतव्य पर पहुँचने के बाद हम सब सामूहिक ध्यान में बैठ गए और गहरी ध्यान अवस्था का अनुभव किया, क्योंकि पैट्रिजी की जादुई बांसुरी ने हमें गहराई में उतरने में मदद की। ध्यान की अवस्था में मुझे बाबा जी का एक दर्शन हुआ जिसमें वे लोगों को गले लगा रहे थे और मैं उन्हें अपने ठीक सामने खड़े होकर कई लोगों पर अपना प्रेम बरसाते हुए देख सकता था, जबकि मैं केवल एक दर्शक था। यह अनुभव वास्तव में मेरे जीवन में एक नई सुबह का संकेत और बाबा जी की अद्भुत ऊर्जाओं के साथ मेरी यात्रा की शुरुआत थी।
आध्यात्मिकता और एकात्मता के मार्ग पर चलने से पहले, ईश्वर में विश्वास करना कठिन होता है और सर्वव्यापी 'ईश्वरीय ऊर्जा' को समझना भी काफी मुश्किल होता है। ध्यान के बाद ही व्यक्ति 'ईश्वरत्व' की सच्ची यात्रा शुरू करता है, या यह अहसास होता है कि ईश्वरीय ऊर्जा हमारे भीतर ही है, बाहर नहीं। बाबा जी से परिचित होने वाला कोई भी व्यक्ति उनकी कहानी पर विश्वास करे या न करे, यह स्वाभाविक है। यह सोचना स्वाभाविक है कि कोई व्यक्ति इतने वर्षों तक एक ही शरीर में कैसे रह सकता है। हालांकि, दूसरी ओर, यह स्वीकार करना आसान है कि यह केवल महावतार बाबा जी जैसे महायोगी के लिए ही संभव है, जहां वे हमें यह सत्य बता रहे हैं कि जो कोई भी उच्च सत्य की ओर चलने को तैयार है, उसके लिए यह कितना आसान है। यह सब वास्तव में एक

खेल है, एक 'भ्रम का खेल' जो तब समाप्त होता है जब आप आत्मसमर्पण करके उनकी ओर चलते हैं।
बाबाजी की गुफा की मेरी पहली यात्रा के बाद, उनकी असीम ऊर्जा, जो एक अपरिहार्य 'दिव्य शक्ति' के समान थी, ने मुझे कई बार इस स्थान पर बुलाया, और मुझे मार्गदर्शन दिया कि मैं अपने साथ विभिन्न गुरुओं को लेकर उनके द्वारा आयोजित साहसिक अनुभवों में शामिल हो जाऊं।
वर्ष 2017 में, मैंने दिल्ली के कुछ युवा गुरुओं के साथ गुफाओं का पुनः दौरा किया। ट्रेक के बाद हम सभी अपनी कुटिया में ध्यान कर रहे थे और तभी मुझे बाबा जी का संदेश मिला, जिसमें उन्होंने कहा, "मेरे जीवन पर एक एनिमेटेड फिल्म बनाओ।"

“मैं आपके जीवन के बारे में कुछ नहीं जानता और न ही मैंने किसी किताब में आपके जीवन के बारे में कुछ पढ़ा है, तो मैं इस दिव्य कार्य की जिम्मेदारी कैसे ले सकता हूँ?” मैंने थोड़ा संकोच से पूछा। हालाँकि, उनके जवाब ने मुझे मुस्कुराने पर मजबूर कर दिया, “मैं 2018 में आपके पास आऊँगा और आपको अपनी कहानी सुनाऊँगा।”
2018 में जब मैं धैर्यपूर्वक बाबा जी के संदेश की प्रतीक्षा कर रही थी, तब मुझे एक बात का पूरा यकीन था—सब कुछ अपने दिव्य समय पर ही होता है और ऐसा ही होगा। बाबा जी एक कुशल गणितज्ञ हैं और उनकी गणनाएँ अत्यंत सटीक होती हैं। सितंबर के अंतिम सप्ताह में, ध्यान के दौरान मुझे उनका संदेश मिला कि वे 5 अक्टूबर 2018 से मेरे साथ अपना कार्य शुरू करेंगे। मैं उस यात्रा के प्रति बहुत उत्सुक और सचेत हो गई जो शुरू होने वाली थी। मैं दिन गिन रही थी क्योंकि मुझे समझ नहीं आ रहा था कि वे मेरे साथ कार्य कैसे शुरू करेंगे। 3 अक्टूबर 2018 का दिन बिल्कुल सामान्य था, जब ध्यान करते समय मुझे एक दिव्य दर्शन हुआ जिसमें मैंने बाबा जी को एक कागज पर लिखते हुए देखा—"मैं प्रतीक्षा कर रहा हूँ"; मैंने उनसे पूछा, "आपको प्रतीक्षा करने की क्या आवश्यकता है, सब कुछ तो आपका ही है?" उन्होंने मुस्कुराते हुए उत्तर दिया, "दिव्य चक्र का अपना समय होता है।"
अंततः 5 अक्टूबर 2018 का दिन आ गया। मैं यह जानने के लिए बहुत उत्साहित थी कि इस बार बाबा जी मेरे साथ कैसे काम करेंगे। मैंने पूरा दिन प्रतीक्षा की, लेकिन मेरी निराशा का कारण यही था कि मुझे कोई अनुभव नहीं हुआ। अंततः कारण जानने के लिए मैं ध्यान में बैठ गई और मुझे एक तीसरा नेत्र दर्शन हुआ। मेरे सामने आग से जलती हुई एक लकड़ी प्रकट हुई और मैं उसमें प्रवेश कर गई। वह एक अलग ही लोक था और मैं धुंध से घिरे एक विशाल पिरामिड को देख सकती थी, और वह स्थान प्रकाश से परिपूर्ण था। अपने दर्शन में, मैंने समझा कि यह "कांठी लोक" (प्रकाश लोक) था। जैसे ही मैं पिरामिड की ओर बढ़ी, मैंने उसके शिखर पर एक नारंगी रंग की लौ देखी, जो धीरे-धीरे बाबा जी में परिवर्तित हो रही थी। उन्होंने अपनी आँखें खोलीं और कहा, "मैं तुमसे 'आत्मा लोक' (आध्यात्मिक लोक) में मिलूंगा। मैं तुम्हारे मन में निवास करता हूँ, तुम्हारे घर में नहीं।" उनके शब्दों को सुनकर, मैं घुटनों के बल बैठ गई और कृतज्ञता से हाथ जोड़ लिए।

अगली सुबह मुझे एहसास हुआ कि सीमित आस्था के कारण मैंने अब तक अपने अनुभवों का कोई रिकॉर्ड नहीं रखा था। मुझे लगा कि मेरी लेखन क्षमता सीमित होने के कारण अगर मैं अपने अनुभवों का वर्णन करने लगूँगी तो वे अपना सार खो देंगे। मैंने लिखना छोड़ दिया और पूरी तरह से अपने मन की शांति पर निर्भर हो गई। मैं एक उत्साही पाठक हूँ। जैसे-जैसे मैं विभिन्न आध्यात्मिक लेखकों को पढ़ती गई, अपने अनुभवों को लिखने की इच्छा मेरे मन में बढ़ती गई। लेकिन मैं हमेशा टालती रही और कभी कोशिश ही नहीं की। इस बार मुझे लगा कि बाबा जी मुझे यह अनुभव इसलिए दे रहे हैं ताकि मैं लेखन की इस अड़चन से बाहर निकल सकूँ और अगर यह सच है, तो मैं वास्तव में इस उद्देश्य को पूरा करने के लिए खुद पर काम करना चाहती हूँ।
मैं अपना मन शांत करना चाहता था और इसलिए मैंने अपने दोस्तों से मिलने का फैसला किया - मैं जसप्रीत और प्रिसिला के घर गया। उनके प्यारे से घर पहुँचकर हम ध्यान में बैठ गए, जहाँ मुझे बाबा जी मेरे पीछे खड़े दिखाई दिए और उन्होंने कहा, "मेरी कहानी लिखते रहो... बस शुरू करो।" उन्होंने कहा और मैंने खुले दिल से, उनके निर्देशों का पालन करते हुए, उनकी जीवन कहानी लिखी।
यहां से बाबा जी के साथ मेरी बातचीत शुरू होती है –
पल्लवी: “बाबा जी, आपसे यह संवाद कैसे हो रहा है? हम कैसे जुड़े हैं? ऐसा कैसे हुआ कि जैसे ही मैंने आपका संदेश ग्रहण करने के लिए अपना मुख खोला, मुझे आप दिखाई दिए? कृपया उत्तर दीजिए।”
बाबा जी: “दो आत्माएँ एक कैसे हो जाती हैं? यह तो बस एक ही है, है ना? इसकी कोई परिभाषा या वर्णन नहीं है। यह बस विद्यमान है। जिस क्षण हम संवाद कर रहे हैं, हम एक हो चुके हैं, यद्यपि हमारी वैयक्तिकताएँ बरकरार हैं। मैं तुम्हारे साथ हूँ और तुम्हारी यात्रा मेरे साथ 'अभी' से शुरू होती है।” “सत्यलोक या आत्मलोक के धरातल पर हम सब एक हैं। एक आत्मा दूसरी आत्मा के साथ तभी स्पंदित हो सकती है जब दोनों जुड़ने और अपने ज्ञान को साझा करने के लिए तैयार हों।”
पल्लवी: “आप कौन हैं और मेरे माध्यम से आप दुनिया के साथ किस प्रकार का ज्ञान साझा करना चाहते हैं? शिव कौन हैं? क्या मैं ‘शिव’ शब्द को सही ढंग से समझ रही हूँ? कृपया इस पर कुछ प्रकाश डालें।”
बाबा जी: “मैं कौन हूँ? मैं क्या हूँ?”

“मैं शिव चेतना हूँ, या आप कह सकते हैं कि शिव मेरा परम स्वरूप हैं, जहाँ मैंने ‘बाबाजी’ के रूप में प्रकट होकर अनुभव प्राप्त किया है। ज्ञान एक विशाल शब्द है जो अनंत है… हर ज्ञान का एक उद्देश्य होता है, जिसके द्वारा मानवता सत्य और आत्मज्ञान की ओर अग्रसर हो सकती है।”
“मैं चाहता हूँ कि तुम मेरी यात्रा के अनुभवों पर आधारित एक किताब लिखो, जो बहुत जल्द जनमानस तक पहुँचेगी। मेरे बच्चे, जो कुछ तुम देखते और सुनते हो, उस पर विश्वास रखो। और हमेशा याद रखना, ‘शरीर और मन के बिना कुछ नहीं’!” पल्लवी: “जी बाबा जी! मैं सहमत हूँ। मुझे जो दिखाई देता है उस पर पूरा विश्वास है, लेकिन कभी-कभी मेरा मन भटक जाता है और सवाल उठते हैं... इसकी क्या ज़रूरत है? हम इसे क्यों अनुभव कर रहे हैं? मेरे मन में शंकाएँ हैं और मुझे लगता है कि कुछ अधूरे विचार अभी भी बाकी हैं जिन्हें पूरी तरह से दूर करने की ज़रूरत है।”
बाबा जी: “हम्म..! ये टुकड़े भौतिक और आध्यात्मिक मन के मिलन बिंदु पर उत्पन्न होने वाली उलझन के सिवा कुछ नहीं हैं। लेकिन इस पर ध्यान मत दीजिए क्योंकि यह मानव जीवन का एक स्वाभाविक हिस्सा है। क्योंकि जब आप लिखना शुरू करते हैं, तो आप निर्णय कैसे ले सकते हैं? आपको नहीं पता कि मैं आपसे क्या साझा करने वाला हूँ। आप बस अपने मन में मेरी आवाज़ का अनुसरण कर रहे हैं। संदेह से मुक्त रहिए।”
पल्लवी: “यह कैसा दर्शन है? यह मार्ग मुझे कहाँ ले जा रहा है?” (चित्र 1)



(चित्र.1)
बाबा जी: “यह मार्ग उन सभी आत्माओं के लिए है जो मुझसे मिलना चाहती हैं।” पल्लवी: “जब मैं आपसे जुड़ती हूँ और लिखना शुरू करती हूँ, तो मुझे ऐसा लगता है कि आवाज़ मेरे भीतर से आ रही है, लेकिन मेरी आत्मा से नहीं, यह एक दिव्य स्रोत की तरह है। क्या यह सही है?”
बाबा जी: “आप सही कह रहे हैं, यह एक सार्वभौमिक स्रोत है जहाँ से सब कुछ उत्पन्न होता है, लेकिन आप इसे मृत या मृत्यु के रूप में संबोधित करते हैं। यह ब्रह्मांड में विद्यमान नहीं है क्योंकि यह स्वयं सृष्टि का एक अंश है।”

“मैं ही स्रोत हूँ… मैं शिव चेतना हूँ, जो मानव जीवन की कृपा का अनुभव करने के लिए पृथ्वी पर जन्मी हूँ। मैंने 24 मार्च 203 ईस्वी को पृथ्वी पर यह भौतिक रूप धारण किया। जी हाँ, यही मेरी जन्मतिथि है।”

दृष्टि:

“उन्होंने अपने हाथों में कुछ ओले पकड़े हुए थे, जिनमें से उन्होंने 24 ओले छोड़ दिए। अचानक दर्शन में बारिश शुरू हो गई, जिससे वे 24 ओले एक दिशा में बह गए और किसी पाइप जैसी संरचना से होकर गुजरे। 24 में से केवल 3 ओले बाहर निकले और अंततः मैं समझ पाया कि यह 24 मार्च था और उनकी आवाज ने धीरे से वर्ष 203 ईस्वी बताया।”

की ओर पहला कदम
आध्यात्मिकता

पल्लवी: “बाबाजी, मैं आपके बचपन के अनुभव सुनना चाहूंगी।”
बाबा जी: (मुस्कुराते हुए) “जी हां, क्यों नहीं?”
“मैं लगभग नौ साल का था और मेरे दोस्तों का एक बड़ा समूह था। हम सब एक खेत में खेलते थे जहाँ एक बड़े बरगद के पेड़ के नीचे एक गहरा कुआँ था। एक दिन, हम समूह के सात लोग, जिनमें मैं भी शामिल था, खेल रहे थे। खेलते-खेलते हम थक गए और कुएँ के किनारे बैठ गए। अचानक मेरा दोस्त दमाना ठोकर खाकर कुएँ में गिर गया। पहले तो हम कुछ कर ही नहीं पाए। हम सब डर गए और मदद के लिए चिल्लाने लगे। गर्मी की दोपहर में चिलचिलाती धूप में आसपास कोई नहीं था और हममें से किसी को भी तैरना नहीं आता था। मैं अपने दोस्त को डूबते हुए नहीं देख सकता था, इसलिए मैंने हिम्मत जुटाकर उसे बचाने का फैसला किया। मुझे नहीं पता था कि मैं यह कैसे करूँगा, लेकिन मैं बस कुएँ में कूद गया और बाकी लोगों से कहा कि पेड़ पर लटकी रस्सी लाएँ ताकि हम बाहर निकल सकें।”
“कुआँ गहरा था और जैसे ही मैं रस्सी की मदद से अंदर कूदा, मुझे कुएँ का ठंडा पानी अपने शरीर को जकड़ता हुआ महसूस हुआ। दमाना डर और अत्यधिक ठंडे पानी के कारण काँप रहा था। मैंने उसे रस्सी पकड़ने में मदद की ताकि वह कुएँ से बाहर आ सके, उस समय मैंने अपने बारे में बिल्कुल नहीं सोचा।”
“जब हमारे दोस्तों ने दमाना को कुएँ से बाहर निकाला, तो मुझे कोई सहारा नहीं था और मेरा शरीर पानी में गहराई तक डूब गया, जिससे मुझे स्थिति की विकटता का एहसास हुआ और मेरे दिल में डर बैठ गया। पानी के अंदर साँस लेना मुश्किल था। यह पानी का डर या तैरने के कौशल की कमी नहीं थी, बल्कि मौत का डर था जिसका सामना मैं पहली बार कर रही थी। मैं खुद को पानी में तैरते रहने के लिए बेतहाशा हाथ-पैर मार रही थी। मैं खुद से कहती रही कि अगर मैं दमाना को कुएँ से बाहर निकाल सकती हूँ, तो मैं खुद को भी निकाल लूँगी। मेरे अंदर कुछ बदल गया। मैंने इसे एक चुनौती के रूप में स्वीकार किया, यह समझते हुए कि हमें हराने वाला केवल हमारा अपना डर ही है। मैंने अपने शरीर से, दयालुता से और प्रेरणा भरे शब्दों से बात करना शुरू किया। मैंने ज़ोर से कहा, 'डरो मत, तुम तैरना और साँस लेना दोनों सीख सकती हो।'”

“मैं डूबने लगा था क्योंकि मेरा शरीर कुएं के पानी के दबाव से जूझते हुए खुद को बचाए रखने की कोशिश कर रहा था। मुझे लग रहा था जैसे मौत मेरे करीब है, मैं अपनी आंखें खुली रखने और दिल को शांत रखने की कोशिश कर रहा था, साथ ही लगातार अपने शरीर को नियंत्रित कर रहा था—तभी मैंने पानी में एक तेज पीली रोशनी को प्रवेश करते देखा। मुझे जिज्ञासा हुई और मैंने किसी तरह उस रोशनी की दिशा में जाने की कोशिश की। जैसे ही मैं रोशनी के पास पहुंचा और उसे छुआ, मैं उसमें समा गया, मानो मैं खुद रोशनी बन गया होऊं। उससे निकलने वाली ऊर्जा ने मुझे पूरी तरह से रोमांचित कर दिया और मैं अब बिना होश में आए पानी के नीचे तैर रहा था और सांस ले रहा था, रोशनी के आवरण में सुरक्षित। मैं सहजता से तैर रहा था, मेरी आंखें बंद थीं और मेरी सांसें स्थिर थीं। इस पूरी प्रक्रिया के दौरान, मैं अपने भीतर इतनी गहराई में चला गया और उस रोशनी से किसी की आकृति बनती हुई देखी। वह आते ही गायब हो गई। मैंने अपने दोस्तों को मेरा नाम पुकारते सुना, जो मुझे तीसरी दुनिया में वापस ले आए। मेरे दिल में अब कोई डर नहीं था और मुझे जिंदा देखकर मेरे सभी दोस्त हैरान रह गए। आखिरकार मैंने अपने दोस्तों द्वारा फेंकी गई रस्सी पकड़ी और कुएं से बाहर आ गया।”

“बचपन में मुझे उस प्रकाश स्रोत की वास्तविकता का ज्ञान नहीं था, लेकिन मैं समझ गया था कि हम किसी भी चुनौती का सामना करके और अपने सच्चे, अद्वितीय स्वरूप को स्वीकार करके उस पर विजय प्राप्त कर सकते हैं। इस घटना ने मेरी स्मृति पर अमिट छाप छोड़ी। यह तो आने वाले रोमांचों की मात्र शुरुआत थी।”
कुछ महीनों बाद मुझे आभास हुआ कि कोई चुनौतीपूर्ण परिस्थिति फिर से आने वाली है। इसके अलावा, मुझे ऐसे सपने आने लगे जिनमें कोई मुझे मेरी ज़मीन और मेरे लोगों से दूर ले जा रहा था। मैंने कुछ अनजान चेहरों को भी देखा जो सच्चे दिव्यत्व की प्राप्ति की मेरी यात्रा में मेरे शिष्य बनेंगे। मैं इन सपनों का अर्थ कभी नहीं समझ पाई क्योंकि मैं छोटी बच्ची थी और जब मैंने ये सपने अपनी माँ को बताए, तो उन्होंने इन्हें यह कहकर नज़रअंदाज़ कर दिया कि ये मेरी कल्पना की उपज है और मैंने कुछ ऐसी कहानियाँ सुनी होंगी जिनका मेरे मन पर गहरा प्रभाव पड़ा होगा।
“चिंता मत करो, ये दृश्य तुम्हारे सपने में दिखाई दिए हैं, ये भी चले जाएंगे,” उसने कहा।
पृथ्वी पर मनुष्य के रूप में रहते हुए, सपने आपकी आत्मा की यात्रा का एक बहुत महत्वपूर्ण हिस्सा हैं। सपने कभी अस्पष्ट या अर्थहीन नहीं होते, क्योंकि हर सपने का अपना एक सीखने का मूल्य होता है और उसके पीछे एक गहरा छिपा हुआ संदेश होता है। याद रखें, सपने आपको आपकी वर्तमान स्थिति और भविष्य में आने वाली सभी संभावनाओं की वास्तविकता दिखाते हैं।
एक दिन मैं शिव मंदिर के बाहर अपने दोस्तों का इंतज़ार कर रहा था। शाम ढल रही थी, तभी मैंने मंदिर के एक कोने से दो आदमियों को निकलते देखा। वे मेरे गाँव के लोगों से बिल्कुल अलग दिख रहे थे और बाहरी लग रहे थे। वे मंदिर के दूसरे कोने की ओर जा रहे थे और मुझे अजीब नज़रों से देख रहे थे। अचानक, मुझे लगा जैसे किसी ने मुझे पीछे से पकड़ लिया हो और मेरी नाक पर मीठी खुशबू छोड़ दी हो, जिससे मैं बेहोश हो गया। अगले दिन जब मुझे होश आया तो मैंने खुद को एक अस्त-व्यस्त घर में पाया। मुझे डर लग रहा था कि मेरा सपना सच हो गया है, यह सब मेरी कल्पना मात्र नहीं थी। एक बच्चे के रूप में मेरे लिए यह स्थिति बहुत डरावनी थी। मुझे समझ नहीं आ रहा था कि मैं इससे कैसे बाहर निकलूँ—मैंने मदद के लिए चीख-पुकार मचाई, लेकिन वहाँ कोई भी मेरी मदद करने वाला नहीं था।

उन्होंने दरवाजा बंद कर दिया था और बाहर निकलने, भागने या किसी राहगीर से मदद मांगने के लिए कोई खिड़की नहीं थी। मुझे बंधक बनाए हुए दो दिन हो गए थे और कोई मेरी मदद के लिए नहीं आया था। मेरे पास खाना-पानी नहीं था और मुझे अपने अपहरणकर्ताओं का कोई पता नहीं था। मेरे आंसू सूख चुके थे और आंखें सूज गई थीं, फिर भी मुझे कोई रास्ता नहीं दिख रहा था। मैंने भगवान शिव से प्रार्थना की कि इस स्थिति में मुझे घर से बाहर निकलने का रास्ता दिखाएं। तीसरे दिन की सुबह थी; आखिरकार अपहरणकर्ता मुझे लेने आए और मुझे एक भले आदमी को बेच दिया। मैं उनकी भाषा नहीं समझ पा रहा था क्योंकि वे बंगाली में बात कर रहे थे। हालांकि, मैं समझ गया था कि उन्होंने मुझे उस आदमी को बेच दिया था और वह मुझे पाकर खुश था। वह आदमी मुझे अपने घर ले गया जहां उसकी पत्नी प्रवेश द्वार पर हमारा इंतजार कर रही थी। मुझे देखते ही वह मातृत्व भाव से भर उठी। भाषा की बाधा के कारण मैं कभी नहीं समझ पाया कि उनके बीच क्या हुआ। लेकिन मैं उनके भावों और हाव-भाव से उनके स्नेह को समझ सकता था। वे अच्छे लोग थे जो मुझे अपने बेटे की तरह प्यार करते थे, लेकिन मेरे दिल में मुझे समझ नहीं आ रहा था कि भगवान ने मुझे इस स्थिति में क्यों डाला है। मेरे साथ जो कुछ भी हो रहा था, उससे मैं बहुत दुखी थी। मेरी पालक माँ ने मुझे खुश रखने और मेरे चेहरे पर मुस्कान लाने की पूरी कोशिश की।
“मुझे जल्द ही एहसास हो गया कि जो कुछ हुआ था उसके लिए मैं किसी से नाराज़ नहीं थी, बल्कि मुझे यह जानना ज़रूरी था कि यह स्थिति मुझे कहाँ ले जा रही है? महीने बीतते गए और मैं किताबें पढ़ने के अलावा अपने पालक माता-पिता को घर के बुनियादी कामों में मदद करती रही। मैं उनके प्रति अपनी सच्ची कृतज्ञता व्यक्त कर रही थी और अब मैं उनकी भाषा को थोड़ा-थोड़ा समझने लगी थी।”
“दिन बीतते गए और मैंने एक बेटे के कर्तव्यों को निभाने में कभी कोई कमी नहीं की। जल्द ही उनके प्रति मेरी निस्वार्थ सेवा ने मेरे पालक पिता का दिल पिघला दिया।”
“मेरे प्यारे बच्चे! मैं जानता हूँ कि तुम अपने परिवार को याद कर रहे होगे और यहाँ खुश नहीं हो। मुझे नहीं पता कि तुम कहाँ से आए हो। हमारे जैसे माता-पिता को स्वीकार करना तुम्हारे लिए मुश्किल होगा, जिन्होंने तुम्हें पैसों से खरीदा है। मैंने जो किया उसके लिए मैं क्षमा चाहता हूँ। मैं तो बस तुम्हें एक खुशहाल जीवन देना चाहता था, क्योंकि तुम अच्छे परिवार से आते

हो। लेकिन समय बीतने के साथ, मुझे पता है कि मुझे तुम्हें इस बंधन से मुक्त करना होगा। आज आखिरकार मैंने हिम्मत जुटाकर तुमसे यह बात की है। जाओ मेरे बच्चे, जहाँ चाहो वहाँ जाओ,” उन्होंने आँखों में स्नेह लिए कहा। “संयोगवश, योगियों का एक संघ घर के पास से गुजर रहा था। जब मैंने उस समूह को देखा तो मुझे भीतर से प्रसन्नता का अनुभव हुआ और मेरे नए माता-पिता ने मुझे पहली बार सचमुच मुस्कुराते हुए देखा। “योगी, तुम्हें जाना चाहिए, मैंने तुम्हारा स्वभाव देखा है... और तुम एक सामान्य बच्चे नहीं हो। ऐसा लगता है कि तुम्हारी आत्मा इस अनुभव को जीने के लिए तरस रही है,” मेरी पालक माँ ने आँखों में आँसू लिए कहा।”
"मैंने उन्हें आखिरी बार देखा, उनके प्रति गहरी कृतज्ञता से मेरा हृदय भर गया और अंत में मैं योगियों की ओर चलकर उनके जुलूस में शामिल हो गया।"

उच्चतर की प्राप्ति सच

बाबा जी के आखिरी संदेश को दो दिन बीत चुके थे। मैं सोच रहा था कि इस देरी का कारण क्या हो सकता है। स्थिति को समझने के लिए मैं अपने भीतर झाँकता रहा और मेरे मन के एक हिस्से में बाबा जी और उनकी कहानी के विचार बार-बार घूमते रहे।
वह दिन एक आम सुबह थी। मेरे पति कृष्णा और मैं कुछ आध्यात्मिक विषयों पर गहन चर्चा कर रहे थे। उन्होंने मुझसे एक सीधा सा सवाल पूछा - "खुद को परिभाषित करो!" जैसे ही उन्होंने ये शब्द कहे, मुझे उन पर बहुत गुस्सा आया, मन ही मन सोच रही थी कि उन्हें मुझसे ऐसे सवाल पूछने का क्या हक है और मैं वहां से चली गई। दो घंटे बाद, मैं रसोई में अपने रोज़मर्रा के काम कर रही थी। मुझे बाबा जी का संदेश मिला, "अगले 12 घंटे तुम्हें अपने शयनकक्ष में बंद रहना होगा।" मैंने बिना कोई सवाल किए उनके निर्देश का पालन किया, खुद को शयनकक्ष की चार दीवारों में बंद कर लिया और उनकी कहानी आगे लिखने लगी। लिखते-लिखते, उन्होंने सुबह मेरे और मेरे पति के बीच हुई कहासुनी के बारे में कुछ ज्ञानवर्धक बातें बताईं। "शांत हो जाओ, मेरे साथ भी ऐसा हुआ है। सुबह मैं ही तुम्हारे पति के ज़रिए तुमसे बात कर रहा था," बाबा जी ने बताया।
एक पल के लिए पूरी तरह सन्नाटा छा गया और फिर हम दोनों उस स्थिति पर खिलखिलाकर हंस पड़े। मैं अपनी नादानी और खुद पर ज्यादा हंस रहा था। मन हल्का महसूस करते हुए मैंने बाबा जी से अपनी बातचीत फिर से शुरू कर दी। पल्लवी: "बाबाजी, क्या हम आपकी कहानी को आगे बढ़ाएं?"
बाबा जी: “योगियों के समूह में शामिल होने के बाद मुझे अपने जीवन के उद्देश्य के बारे में स्पष्टता मिली। मैं इस दैनिक जीवन से परे मानव जीवन के बारे में और अधिक जानना चाहता था। मैंने वेद, गीता, बाइबल, उपनिषद आदि पढ़े। एक दिन मुझे विद्वानों के एक समूह के साथ शास्त्रार्थ (एक सम्मेलन जहाँ लोग दार्शनिक या धार्मिक विषयों पर बहस करते हैं) में भाग लेने का अवसर मिला। यह जानकर कि मैंने इतना व्यापक अध्ययन किया है, एक महान योगी,

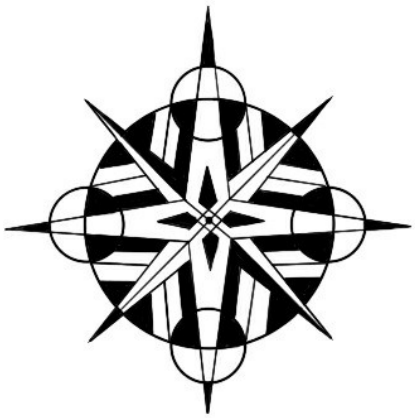
स्वामी हरिदास ने मुझसे एक प्रश्न पूछा, “यदि आपने आज्ञा प्राप्त कर ली है और सब कुछ समझ लिया है, तो मुझे बताइए, आप स्वयं को कैसे परिभाषित करेंगे?” “मैं गहरी चुप्पी में डूब गया। ‘मेरी चुप्पी’ अपने आप में एक ऐसा जवाब था जिसे सुना नहीं जा सकता। मैंने जानबूझकर जीत के बजाय हार को चुना, क्योंकि ऐसी बहसों में यह एक आम बात थी (अगर कोई चुप रहता और अपनी रक्षा में जवाब देने या पूछे गए किसी भी सवाल का जवाब देने के लिए तय समय सीमा पार कर जाता, तो उसे हारा हुआ घोषित कर दिया जाता था)। लेकिन इस स्थिति में, हरिदास द्वारा पूछे गए सवाल का जवाब अवर्णनीय था, इसलिए मैं अपनी हार से खुश था।” “इस घटना ने मुझे अपने ‘अहंकार’ का सामना करने में भी मदद की, जो चकनाचूर हो गया। सब कुछ पल भर में घट गया और मैं चुपचाप सम्मेलन से निकलकर हिमालय की ओर अपनी यात्रा पर चल पड़ा। आगे बढ़ने से पहले मैंने एक बार पीछे मुड़कर देखा और स्वामी हरिदास को मेरी ओर मुस्कुराते हुए देखा। उनके पीछे शिव की विशाल प्रतिमा देखकर मैं दंग रह गया। मैं तुरंत समझ गया कि मुझसे पूछा गया प्रश्न हरिदास ने नहीं, बल्कि स्वयं परम चेतना शिव ने पूछा था। मेरे मन में केवल एक ही विचार आया - मैं एक शाश्वत आत्मा हूँ और मैं अपने भौतिक रूप में भी शाश्वत रहना चाहता हूँ। उस समय मेरी आयु 27 वर्ष थी जब मैंने परम से परे की प्राप्ति का निश्चय किया।”
“मन में संतोष और चेहरे पर मुस्कान लिए मैं फिर से चलने लगा। मेरी सच्ची यात्रा अंततः शुरू हो चुकी थी। वहाँ मौजूद लोग समझ नहीं पा रहे थे कि मैं कहाँ जा रहा हूँ और मैंने कौन सा रास्ता चुना है। मेरा चेहरा उद्देश्य और कुछ हासिल करने की प्रबल इच्छा से दमक रहा था। कुछ शिष्य बिना कुछ पूछे मेरे पीछे-पीछे चल पड़े, जबकि कुछ के मन में अनेक प्रश्न थे।”

“मेरे पैरों ने हार नहीं मानी और मैं दिन-रात मीलों चलता रहा, एक के बाद एक राज्य पार करता गया। जितना ज़्यादा मैं चलता गया, उतने ही ज़्यादा लोग मेरे साथ चलने से पीछे हटते गए। मैं कई दिनों तक बिना कुछ खाए-पिए चलता रहा, रास्ते में शिष्यों और अन्य लोगों द्वारा दिए गए तरल पदार्थों के सहारे ही चलता रहा। उस समय के सबसे प्रसिद्ध गुरुओं की संगति में अध्ययन करने से मेरे भीतर जो अहंकार पनपा था, वह झूठा था। मेरी आत्मा में अपने सच्चे अस्तित्व को खोजने की तीव्र आवश्यकता थी। मुझे इसे स्वयं परिभाषित करने की ज़रूरत थी।”
“इस यात्रा का सबसे यादगार हिस्सा मेरे एक शिष्य के साथ था। वह सच्चे विश्वास और आस्था के साथ मेरे साथ चला, बिना कोई सवाल पूछे और बिना किसी संदेह के। उसका नाम ‘सारा’ था।”
पल्लवी: "क्या आप कृपया मुझे अपनी शिष्या सारा के बारे में और अधिक बता सकती हैं?"
बाबा जी: “सारा एक नेक आत्मा, दयालु, उदार और समर्पित व्यक्ति थे। उनका उद्देश्य मानवता की सेवा करना था। श्रीलंका की यात्रा के दौरान 15 वर्ष की आयु में एक छोटे से गाँव में उनसे मेरी मुलाकात हुई। वह मात्र 7 वर्ष के थे, एक मासूम सी मुस्कान लिए, नारंगी रंग के कपड़े पहने हुए और योगी बनने की अपनी गहरी इच्छा व्यक्त करते हुए। वह हमेशा से संन्यासी जीवन शैली की ओर आकर्षित थे और अपने गाँव आने वाले हर योगी का बहुत ध्यान रखते थे, यह सुनिश्चित करते हुए कि वह सभी से मिलें। जब मैं उनसे मिला, तो वह अपनी माँ के साथ थे। सारा को पता चला कि योगियों का एक समूह उनके गाँव आ रहा है और उन्होंने यह सुनिश्चित किया कि वह अपनी माँ को भी साथ लाएँ। वे नदी के किनारे खुले मैदान में बने हमारे शिविर में हमसे मिलने आए, जहाँ हमने अपने तंबू लगाए थे। मैं अपने गुरु, दिविज स्वामी के साथ कुछ सूत्रों (संस्कृत साहित्य में एक नियम या सूत्र) पर काम कर रहा था, जो मुझे अपने प्रवचनों के माध्यम से सिखाते थे। सारा शिविर में मौजूद सभी योगियों से मिले और अंत में हमसे मिलने आए। जैसे ही उन्होंने मुझे देखा, उनकी आँखों में एक गहरी चमक आ गई और वह मुझे निहार रहे थे। आशय से।"
मैंने अपनी जिज्ञासा के चरम पर पहुँचकर उससे पूछा, 'तुम मुझमें क्या देखते हो?'
उन्होंने अविचलित होकर कहा, 'मेरे गुरुजी।'

उन्होंने हाथ जोड़कर कहा, “मुझे ऐसा लगता है कि मैंने अनंत काल तक आपका इंतजार किया है और आज मेरी खोज आखिरकार समाप्त हो गई है। मैं आपसे विनती करता हूं कि कृपया मुझे अपने शिष्य के रूप में अपने साथ ले लें।”
मुझे उनकी प्रतिक्रिया पर आश्चर्य हुआ।
सारा की माँ मुस्कुराई और बोली, “मैंने अपने बच्चे में योगी के गुण देखे हैं। जब वह तीन साल का था, तब से ही किसी योगी को आते-जाते देखकर उसे असीम आनंद आता था। जब वह पाँच साल का हुआ, तो उसने मुझसे कहा कि मुझे उस दिन के लिए तैयार रहना चाहिए जब उसके गुरु उसे अपने साथ ले जाने आएंगे। आज आखिरकार वह दिन आ ही गया है और मेरी खुशी का कोई ठिकाना नहीं है। मुझे अपने बच्चे को खोने का कोई दुख नहीं है क्योंकि मैं पिछले दो वर्षों से उससे अनासक्ति का अभ्यास कर रही हूँ। मैं आपसे निवेदन करती हूँ कि कृपया उसे अपने साथ ले जाइए गुरुजी।”
“उनकी स्पष्टता अद्भुत थी और मैं एक माँ की निस्वार्थता और अपने बच्चे के प्रति उनके अटूट प्रेम को देखकर अचंभित रह गया। मैं युवा था और मेरा मुख्य उद्देश्य विभिन्न गुरुओं से अधिक ज्ञान प्राप्त करना था। दिविज स्वामी दूर से हमारी बातचीत सुन रहे थे। मैंने मन में अनेक प्रश्न लिए उनकी ओर देखा और उन्होंने मेरी आँखों को पढ़कर ही सब कुछ समझ लिया। उनका उत्तर सरल था, फिर भी अर्थपूर्ण था, ‘अपने पहले शिष्य को स्वीकार करो और निकट भविष्य में तुम्हें अनेक शिष्य प्राप्त होंगे। उसे अपने साथ ले जाने में संकोच मत करो।’”
“जब सारा ने मेरे पैर छुए तो मैं मुस्कुराया और मैंने उसे गले लगा लिया। यहीं से सारा के साथ मेरी यात्रा की शुरुआत हुई।”
“साल बीतते गए और सारा हमेशा मेरे साथ रही। एक दिन हम बद्रीनाथ के पास एक जगह पहुंचे। मुझे पता था कि यह एक ऐसी यात्रा है जो मुझे अकेले ही करनी है और मैंने उससे समूह में वापस जाने का अनुरोध किया।”
“मैं फिर आऊँगा, चिंता मत करो। यह हमारी साथ की यात्रा का अंत नहीं है, बल्कि मुझे एक आध्यात्मिक उद्देश्य पूरा करना है,” मैंने सारा को प्यार से कहा। उसकी आँखों में आँसू भरे थे और चेहरे पर एक बड़ी सी मुस्कान थी। मैंने उसकी आँखों में मेरे लिए एक गहरा प्यार देखा, जिसे शब्दों में बयान नहीं किया जा सकता था। उसने आखिरी बार हाथ जोड़कर कहा, “मैं तुम्हारा इंतज़ार

करूँगा, जब तक हम फिर से नहीं मिलते।” वह चला गया, अपनी प्यारी मुस्कान और गहरी आँखों की अमिट छाप मुझ पर छोड़ गया।
सारा के जाने के बाद, मैंने अपना ध्यान कैलाश की ओर मोड़ा क्योंकि शिव ने स्वामी हरिदास के माध्यम से सम्मेलन में मुझसे बात की थी और मुझमें जीवन का नया उद्देश्य जगाया था। सत्य के मार्ग पर अपनी यात्रा को और बेहतर बनाने के लिए मैंने कई साधनाएँ करते हुए कैलाश पर्वत की ओर चलना शुरू किया। मुझे कठिनाइयों का सामना करना पड़ा और मैं उनके लिए तैयार था। क्रिया योग का अभ्यास करके मैं अपने भौतिक शरीर के बोध से विरक्त हो गया। आस-पास केवल एक ही पेड़ था, इसलिए मैंने उस पेड़ के नीचे एक चट्टान चुनी जो मुझे जादुई सी लगी। वह हल्की हवा में धीरे-धीरे हिल रही थी, मानो अपने परिवेश का आनंद ले रही हो। उसने मुझे तुरंत अपनी ओर खींच लिया और मैं उसके नीचे बैठकर गहन साधना करने लगा। शुरुआती दिनों में मैं कई दिनों तक उपवास नहीं कर पाता था। शुरुआत में मेरा मन शरीर की ज़रूरतों और भूख पर ज़्यादा ध्यान देता था। लेकिन धीरे-धीरे यह प्रक्रिया उलट गई और मैं अपनी आत्मा से जुड़ गया, अपने मन पर नियंत्रण पा लिया। शरीर से वैराग्य ने उसे इतनी ऊर्जा ग्रहण करने के लिए तैयार कर दिया कि मुझे खुद को बनाए रखने के लिए भोजन की आवश्यकता नहीं रही। चाहे मैं एक जगह से दूसरी जगह कितनी भी दूर चलूँ, मुझे बिल्कुल भी भूख नहीं लगती थी। मुझे एहसास हुआ कि केवल मेरी आत्मा और मेरा मन ही नहीं, बल्कि मेरा शरीर भी ज्ञान की अवस्था में था... तीनों एक-दूसरे के साथ पूर्ण सामंजस्य में थे।
पल्लवी: "क्या आपके कोई पिछले जन्म थे?"
बाबाजी: “जी।”
पल्लवी: “क्या आपने इस जीवन के बाद, जिसके बारे में हम बात कर रहे हैं, कोई दूसरा जन्म नहीं लिया? क्या आप सचमुच इसी शरीर में रह रहे हैं?”
बाबा जी: “जी हां, तीन वर्षों तक मैं कैलाश के पास एक वृक्ष के नीचे गहन ध्यान में लीन रहा। उन तीन वर्षों ने मुझे एक ही शरीर में अमरता प्राप्त करने में सक्षम बनाया। मैं एक अमर प्राणी की अवस्था में पहुँच गया। उस विशाल वृक्ष ने उन सभी वर्षों में मेरे शरीर की रक्षा की। जब मैं अंततः ध्यान की अवस्था से बाहर आया और अपनी आँखें खोलीं, तो मैंने देखा कि वृक्ष शिव में परिवर्तित हो गया। उन्होंने अपनी जटाओं से पवित्र गंगाजल मेरे शरीर पर उंडेला। उन्होंने कहा, ‘तुम्हें अंधकार में रहने वाली, प्रकाश की

प्यासी आत्माओं के पास जाना चाहिए। उनके मार्गदर्शक बनो और उन्हें क्रिया योग का ज्ञान प्रदान करो,’ और उसके बाद वे अंतर्धान हो गए।”
“मेरा जन्म का नाम ‘नागराज’ था और कुछ लोग मुझे ‘योगी’ भी कहते थे। 19 वीं शताब्दी में लाहिड़ी महाशय ने मुझे बाबाजी की उपाधि दी और बाद में कई लोगों ने मुझे महावतार कहकर संबोधित किया।”
“आप मुझे जिस भी नाम से पुकारना चाहें, पुकार सकते हैं। मैं हमेशा आपके दिल के करीब रहूंगा। जैसे ही मेरे शरीर को अमरता प्राप्त हुई और मैं उम्रहीन हो गया, मैंने अपनी सभी पहचानें त्याग दीं और कुछ नाम प्राप्त कर लिए (जोर से हंसते हुए)।”
“मेरी ऊर्जा आवृत्ति अब उच्च स्तर पर पहुंच गई थी, न केवल उन सिद्धियों के कारण जो मैंने प्राप्त की थीं, बल्कि उस महान उद्देश्य के कारण जिसे मुझे पूरा करना था। मैंने उन सभी व्यक्तियों से मुलाकात की जिन्हें आध्यात्मिक रूप से उत्थान की आवश्यकता थी।”
पल्लवी: “बाबाजी की गुफाओं में रहते हुए मुझे एक ऐसा अनुभव हुआ जिसमें मैंने आपको एक बूढ़े व्यक्ति के रूप में देखा...”
बाबा जी: “जी हां, सच है।”
पल्लवी: "लेकिन आपने कहा था कि आप इस आयाम में उम्र और समय से परे हैं - तो आप 30 साल की उम्र में क्यों नहीं प्रकट हुईं?"
बाबा जी: “आपने जो देखा वह सही है क्योंकि आप मेरी आत्मा की आयु देखना चाहते थे, न कि मेरा भौतिक रूप (हंसते हुए)। जब आप ‘आप’ कहते हैं तो इसका अर्थ शरीर से नहीं, बल्कि आत्मा से होता है। जब आप भौतिक शरीर में होते हैं, तो आप शरीर के बारे में अधिक चिंतित होते हैं, जिसका आध्यात्मिक यात्रा में कोई महत्व नहीं होता।”



सीरियाई बाबाजी:
समानांतर जीवन
अस्तित्व

बाबा जी: “मैं दिन-रात गहन ध्यान में लीन था। उपनिषदों के अध्ययन से मुझे बहुत स्पष्टता मिली और मैं शून्य अवस्था में पहुँच गया। जब आप अपने मन से भौतिक अवशेषों को साफ कर लेते हैं, तभी आप उच्च सत्य को देख पाते हैं। मैं सचमुच अपने भौतिक शरीर में होने का अनुभव भूल गया था क्योंकि मैं अपनी आत्मा के साथ एक गहरे स्तर पर यात्रा कर रहा था।”

दृष्टि:
प्रकाश का एक वलय तेजी से अंतरिक्ष में यात्रा करता हुआ ऊपर की ओर बढ़ा और विस्फोट हो गया। इसने अत्यधिक प्रकाश उत्पन्न किया जो चारों ओर फैल गया; जिससे हल्के गुलाबी रंग का एक कमल प्रकट हुआ। कमल आधा खिल गया और बुद्ध बाबा जी के सामने प्रकट हुए। बाबा जी साधना स्थल से उठ खड़े हुए और बुद्ध के प्रति कृतज्ञता व्यक्त करते हुए हाथ जोड़ लिए।
बुद्ध ने पूछा, “इस जीवन में आपकी क्या भूमिका है?”
“कृपया इस पहलू पर मेरा मार्गदर्शन करें,” बाबा जी ने विनम्रतापूर्वक उत्तर दिया।

“आपने समाधि की सर्वोच्च अवस्था प्राप्त कर ली है, जिसमें आप जब तक चाहें इस शरीर में रह सकते हैं, बिना बूढ़े हुए और लोगों को शिक्षित करने के अपने उद्देश्य को पूरा कर सकते हैं।” बुद्ध ने बाबा जी को ज्ञान प्रदान किया। बुद्ध ने अपना दाहिना हाथ गोलाकार गति में घुमाकर एक द्वार खोल दिया। फिर उन्होंने बाबा जी को उस द्वार के भीतर प्रवेश करने और पृथ्वी पर अधिक ऊर्जा कार्य को सक्षम बनाने के लिए अपने साथी प्राणियों के साथ काम करने का निर्देश दिया। बाबा जी ने सहमति में सिर हिलाया और द्वार के भीतर चले गए, जिसके बाद द्वार उनके पीछे बंद हो गया। (दर्शन में, बाबा जी सफेद धोती पहने हुए थे और उनके कंधों पर अंगवस्त्रम था।)
बाबा जी: “जो आपने देखा है और जो आप देखेंगे, उस पर विश्वास रखें। जब भी आपको कोई दर्शन हो, वह ‘देखना’ आपके ‘अस्तित्व’ के अलावा कुछ नहीं है। जिस क्षण आप अपना भौतिक मन उसमें लगा देते हैं, आप कुछ भी नहीं देख सकते। सांस लें और मुक्त हो जाएं, अपनी आत्मा को अपना मार्गदर्शक बनने दें।”

इस विजन की निरंतरता:

बाबा जी धीरे-धीरे रास्ते पर चल रहे थे और उन्होंने दूर किसी को खड़े देखा। जैसे ही वे उसके पास पहुँचे, उन्होंने अपना हाथ उसके कंधे पर रखा और वह व्यक्ति पीछे मुड़ गया। ऐसा लगा जैसे बाबा जी किसी दर्पण के सामने खड़े होकर खुद को देख रहे हों। वह व्यक्ति बाबा जी की हूबहू प्रतिकृति था। धीरे-धीरे उनका रूप बदल गया और वे अपने मूल स्वरूप में आ गए। वे "सीरियस" तारे से आए थे। इस तरह बाबा जी के सीरियस ग्रह पर जीवन का अनुभव मेरे सामने आया—एक समानांतर जीवन का अनुभव। मैंने एक बहुत लंबा व्यक्ति देखा, लगभग 10 फीट। उनके लंबे बाल थे और माथे पर एक सुंदर आकृति बनी हुई थी; पिरामिडों से सजी एक बेल्ट और कुछ नीले रंग के क्रिस्टल। उन्होंने रंगीन क्रिस्टलों से भरा हार पहना हुआ था और गले में हल्के सफेद रंग का कपड़ा था। उनका धड़ नंगा था और शरीर के निचले हिस्से को एक कपड़े से बड़े करीने से ढका हुआ था। उनके पैर बड़े थे। उनके पैरों की पहली दो उंगलियां एक ही आकार की थीं और बाकी तीन उंगलियां छोटी थीं। सीरियस ग्रह पर रहने वाले व्यक्ति का चेहरा पृथ्वी पर रहने वाले व्यक्ति से बहुत अलग नहीं था, लेकिन उनकी त्वचा का रंग हल्का नीला था और आंखें बड़ी थीं। उनका नाम 'सैफॉन' था।

[illegible]

फिर, सफॉन चील पर बैठ गया और वे उड़ गए। चील एक अत्यंत सजग प्राणी थी। आकाश में उसका एक ऊर्जा पथ था, अंतरिक्ष में हवाई परिवहन प्रणाली की तरह, जिसका अनुसरण चील एक प्रशिक्षित पायलट की तरह कर रही थी। जैसे-जैसे वे आगे बढ़ते गए, पथ तेजी से प्रकट और गायब होता रहा। सफॉन रोमांचित और आत्मविश्वासी दिख रही थी, जबकि पृष्ठभूमि में सूर्य अस्त हो रहा था, जो संध्या के आगमन का संकेत दे रहा था।
सीरियस ग्रह का सूर्य पृथ्वी के सूर्य से कई गुना बड़ा है। सीरियस ग्रह पर जीवन हमारे ग्रह से कहीं अधिक उन्नत है और यह पृथ्वी से लगभग 1700 प्रकाश वर्ष दूर स्थित है। सीरियस की दुनिया पृथ्वी की तुलना में कहीं अधिक विकसित है।
सैफॉन: “मैं सैफॉन, सिरियन नेता हूँ। हम पृथ्वी के प्राणियों के लिए पूरी निष्ठा से काम करते हैं। मैंने हमेशा आपके लोगों की पुकार सुनी है और मैं उनमें से कई लोगों के संपर्क में भी हूँ ताकि ‘सैफॉन’ नाम से पृथ्वी पर अपना संदेश पहुंचा सकूँ। मैं ‘बाबाजी’ के रूप में पृथ्वी पर आया हूँ, इस कार्य के माध्यम से हम पृथ्वी के प्राणियों से सीधे संवाद करना चाहते हैं और उन्हें बताना चाहते हैं कि उनके अस्तित्व का सत्य हमारे अस्तित्व से भिन्न नहीं है। बस इतना है कि आप अपने विचारों में इतने सीमित हो गए हैं कि आप खोया हुआ महसूस करते हैं क्योंकि आप अपने सत्य को भूल गए हैं, इसलिए हम इस यात्रा में आपकी सहायता करने और पृथ्वी की ऊर्जा को ऊपर उठाने के लिए यहाँ हैं।”
“हजारों साल पहले पृथ्वी पर पिरामिड बनाने वाले हम, सीरियाई लोग ही थे। हम ब्रह्मांड के गणितीय वैज्ञानिक भी हैं। हमारी उच्च तकनीकी कुशलता के कारण ही हम पिरामिडों के निर्माण में तकनीकी सहायता प्रदान कर सके। इसका उद्देश्य पृथ्वी की ऊर्जा को बढ़ाना और उसे उच्च चेतना प्राप्त करने में मदद करना था। जब भी कोई व्यक्ति पिरामिडों को देखता है, तो वह सोचता है कि ये पिरामिड कैसे अस्तित्व में आए और इसके पीछे का रहस्य जानने की कोशिश करता है। पृथ्वी हमारे लिए प्रयोग और अनुभव करने का एक सुंदर स्थान है। हमने पृथ्वी पर ऐसे लोगों की तलाश की जो पिरामिड की अवधारणा को समझ सकें और दूसरों को भी इसे समझने में मदद कर सकें।”
“हमने पृथ्वी को पिरामिडों से ढक दिया था और उस समय की प्रतीक्षा कर रहे थे जब मानव जाति अपनी व्यक्तिगत यात्रा में विशाल क्वांटम छलांग लगा सके और

पिरामिड ऊर्जा के माध्यम से एक आध्यात्मिक क्रांति ला सके। हमने पिरामिडों के अंदर और बाहर ग्रिड जैसी संरचनाएं बनाई थीं, जो मानव आंखों से अदृश्य थीं और 2 किलोमीटर के दायरे में निर्मित थीं। हमने ये ग्रिड मिस्र के पिरामिडों के लिए बनाए थे और उसके बाद बने हर पिरामिड में इसी तरह के ग्रिड हैं, जिन्हें आप 'ऊर्जा ग्रिड' कह सकते हैं।”
पल्लवी: "यह एनर्जी ग्रिड क्या काम करता है?"
सैफॉन: “क्या आपने गौर किया है कि मानव शरीर के भीतर कोशिकाएँ होती हैं और इन कोशिकाओं की संरचना भी एक ग्रिड की तरह होती है? जब कोई पृथ्वीवासी पिरामिड का उपयोग करता है—चाहे पिरामिड के नीचे ध्यान करे या कोई कार्य करे—तो ये ऊर्जा ग्रिड मानव शरीर की सूक्ष्म कोशिकाओं से जुड़ जाते हैं। इस पूरी प्रक्रिया में, जब हम पिरामिड की ऊर्जा ग्रिड प्रणाली को मानव कोशिका प्रणाली के साथ जागृत करते हैं, तो इससे मानव चेतना के उत्थान की प्रक्रिया तीव्र हो जाती है। हम आप सभी से संवाद करना पसंद करते हैं, लेकिन चूंकि हम हर समय पृथ्वी पर शारीरिक रूप से उपस्थित नहीं हो सकते, इसलिए हम इन पिरामिड ऊर्जा ग्रिड के माध्यम से आपसे संवाद करते हैं। हमारा ग्रह हर जगह पिरामिडों से भरा हुआ है। यह सीरियाई लोक से पृथ्वी तक एक संचार नेटवर्क की तरह है। जब भी हम आपके ग्रह पर आते हैं, हम इन ऊर्जा ग्रिडों से होकर गुजरते हैं, जो अन्य लोकों के लिए पोर्टल की तरह काम करते हैं।”
हम चाहते हैं कि आपका ग्रह प्रकाश युग में रहे। पृथ्वी पहले ही प्रकाश युग में प्रवेश कर चुकी है, लेकिन पहले आइए समझते हैं कि यह प्रकाश युग वास्तव में क्या है।
“यह प्रकाश पृथ्वी पर अनेक प्राणियों तक पहुँच चुका है, जिनमें से अधिकांश ने इस प्रकाश को अपने भीतर महसूस किया है। लेकिन सुधार की अभी भी बहुत गुंजाइश है। पृथ्वी के प्राणी अपने आप से संपर्क खो चुके हैं और हम उनकी सहायता के लिए यहाँ हैं।”
“पिरामिडों के बाद, डॉल्फ़िन के माध्यम से हमारा पृथ्वी के प्राणियों से गहरा संबंध है। सीरियस से आए हममें से कई लोगों ने पृथ्वी की ऊर्जा को बढ़ाने के लिए डॉल्फ़िन का रूप धारण किया है। वे उन माध्यमों में से एक हैं जिनके द्वारा हम आपके ग्रह पर मौजूद कई प्राणियों से संवाद करते हैं। हमने पृथ्वी के जन्म और समय के चक्र के माध्यम से उसके विभिन्न चरणों को देखा है। वह हमारे दूसरे परिवार, हमारे दूसरे घर के समान है।”

पल्लवी: "कृपया मुझे अपने घर, सीरियस के बारे में और अधिक बताएं..."
सैफॉन: “सीरियस तकनीकी रूप से अत्यंत उन्नत है, हर उस पहलू में जिसकी आप कल्पना कर सकते हैं। पृथ्वी पर, तकनीक का संबंध आराम देने वाले उन उपकरणों से है जो जीवन को वास्तव में आसान बनाते हैं और चीजों को सुलभ बनाते हैं। लेकिन हमारे तारे सीरियस पर, तकनीक का संबंध उच्चतर आत्मिक ज्ञान तक पहुँचने से भी है। हमारी तकनीक ने हमारा मार्गदर्शन किया है—हमारे पास कुछ उपकरण हो भी सकते हैं और नहीं भी, लेकिन हम सभी आत्मिक स्तर पर विकसित हैं। इसके अलावा, हमारी तकनीक का उद्देश्य हमारे ग्रह की प्रकृति को नष्ट करना नहीं है और इसका उपयोग सीरियस की सुंदरता को संरक्षित करने के संकल्प के साथ किया जाता है। हम सभी एकता में रहते हैं और इसी तरह अपने सीरियस स्थित भाइयों और बहनों की मदद करने का प्रयास करते हैं।”
“हमारे लिए, संचार ही हर समस्या का सबसे बड़ा समाधान है और यही एकमात्र रास्ता है। हम यह भी मानते हैं कि संचार बहुत महत्वपूर्ण है क्योंकि हर चीज की अपनी लय होती है और इस लय का अपना संचार होता है। उच्च ऊर्जा वाले प्राणी होने के नाते, यदि हम किसी चीज या जीवन के किसी पहलू के साथ स्पंदित होना चाहते हैं, तो हम कभी भी यह जानने की कोशिश नहीं करते कि यह संभव है या नहीं। हमने प्रतीक्षा करने के लिए पर्याप्त धैर्य प्राप्त कर लिया है और हम इसे उसी प्रक्रिया का एक स्वाभाविक हिस्सा मानते हैं। मैं, सफॉन, महावतार बाबाजी के रूप में अवतरित हुआ ताकि इसे निकट से अनुभव कर सकूं और इसका गहन अध्ययन कर सकूं।”
“सिरियन सातवें आयाम के प्राणी हैं और हम पृथ्वी के साथ भावनात्मक रूप से जुड़े हुए हैं। यह हमारे दिल के बहुत करीब है और हम आपके ग्रह से बहुत प्यार करते हैं। हम गहराई से समझते हैं कि हर आत्मा प्रेम और मित्रता चाहती है और इसी उद्देश्य से हम पृथ्वी के प्राणियों के साथ यहां हैं। हम यहां आपकी भावनाओं को समझने में आपकी मदद करने के लिए हैं। हमने पृथ्वी पर शारीरिक रूप से अवतार लेने का भी निर्णय लिया ताकि हम सांसारिक भावनाओं को समझ सकें—ये तीव्र और जटिल हैं, लेकिन बड़े उद्देश्य की पूर्ति के लिए आपको अपनी आत्मा के सार के साथ इन भावनाओं को समझना सीखना होगा। मैं एक साथ कई जीवन जी रहा हूं, जो मैं आपके साथ साझा कर रहा हूं वह मेरे समानांतर जीवन अस्तित्व से प्राप्त ज्ञान के शब्द हैं, जो मैंने 'बाबाजी' और 'सैफॉन' के रूप में प्राप्त किए थे। बाबाजी के रूप में, मुझे स्वयं के साथ एक होने

और समानांतर जीवन अस्तित्व के ज्ञान को गहराई से समझने का यह प्राचीन वरदान प्राप्त हुआ है।”
मेरी दृष्टि फिर से बदली, मैंने बाबा जी को धीरे-धीरे सफॉन से बाहर निकलते और उसी रास्ते पर वापस चलते हुए देखा, जिस रास्ते से वे पोर्टल के माध्यम से आए थे, उनके चेहरे पर एक प्यारी सी मुस्कान थी।
बाबाजी: “अब मेरा पहला काम अपने काम के लिए एक जगह चुनना है। मुझे यात्रा करना बहुत पसंद है और मैं एक जगह पर लंबे समय तक नहीं रह सकता, लेकिन मैंने एक ऐसी जगह तय की है जो मेरे लिए ‘आत्मा का केंद्र’ जैसी हो, जिसकी मुझे तलाश थी और इस तरह कुकुचीना वह जगह बन गई।”
“मैंने इस स्थान पर ध्यान लगाकर पृथ्वी पर आत्मा के कार्य की प्रक्रिया को गहराई से समझा और अपनी भूमिका को जाना। अपने विचारों को निथारते हुए, मैंने अपनी उच्च चेतना से मिलने के लिए गहन ध्यान किया और इसी तरह कई वर्ष बीत गए। इन सभी वर्षों में जब मैं ध्यान कर रहा था, मेरा शरीर मजबूत, प्रकाश से जगमगाता और ऊर्जा से परिपूर्ण हो गया। मैंने आध्यात्मिक शरीर के विज्ञान का अध्ययन किया, जिसके लिए यह मानव शरीर एक आवरण मात्र है। अब मैं नए लोगों से मिलने की आशा रखता था और मेरे आध्यात्मिक शरीर ने मुझे इसमें सहायता की।”
"अब मैं आपके साथ विभिन्न लोगों के साथ अपने आध्यात्मिक शारीरिक कार्य के कुछ अनुभव साझा करूंगा।"
जसप्रीत और प्रिसिला का घर बाबा जी के साथ मेरे आत्मिक कार्य का केंद्र बन गया और उनसे हुई अधिकांश बातचीत यहीं हुई। एक दिन, उनसे हुई बातचीत लिखते समय मेरे मन में एक विचार आया - बाबा जी ने ऊर्जा कार्य के लिए शायद उनका घर चुना हो, लेकिन मैंने खुद से यह भी पूछा कि क्या इसके पीछे कोई और रहस्य भी है? जल्द ही, मुझे एक दिव्य दृष्टि प्राप्त हुई और मैंने खुद को कुकुचीना स्थित महावतार बाबा जी की गुफा के प्रवेश द्वार पर उतरते हुए देखा। मुझे बाबा जी की गुफा से जसप्रीत के घर तक एक रास्ता बनता हुआ दिखाई दिया। यह एक ऐसा द्वार था जिसका उपयोग वे अपने यात्रा मार्ग के रूप में कर रहे थे। जैसे ही वह दृष्टि मिट गई, बाबा जी ने मुझे अपनी सौम्य मुस्कान दी और पूछा, "क्या तुम्हें अब भी लगता है कि तुम्हें अपना उत्तर नहीं मिला?"

आत्मा का कार्य

ये वो कहानियां हैं जो बाबा जी ने मेरे माध्यम से साझा की हैं, ताकि प्रकाश कार्यकर्ताओं के साथ उनके आध्यात्मिक कार्य को संक्षेप में समझा जा सके।

कहानी I

“मैंने अपनी आध्यात्मिक यात्रा तमिलनाडु के चिदंबरम स्थित अपने जन्मस्थान से शुरू की। मेरी मुलाकात चिनमाया नामक एक व्यक्ति से हुई, जो किसी काम से मेरे गृहनगर आए हुए थे। वे दयालु हृदय के व्यक्ति थे और उनकी पत्नी और दो बेटियां थीं।”
“उन्हें अपने कारोबार में भारी नुकसान हो रहा था और वे दुखी और चिंतित दिख रहे थे। पहली नजर में ऐसा लग रहा था कि वे अपने घटते कारोबार के कारण चिंतित हैं, लेकिन वास्तव में उनकी असली चिंता इस भौतिक जीवन में अपनी आत्मा का विकास थी। उनका मन सवालों से भरा हुआ था, जिनमें से अधिकतर अस्तित्व संबंधी संकट से जुड़े थे - 'मैं यहाँ क्या कर रहा हूँ?', 'मैं अपने जीवन को सार्थक कैसे बना सकता हूँ?', 'सही मार्ग कैसे खोजूँ?' आदि।”
“हे भगवान! कृपया मुझे सही रास्ता दिखाएँ, अन्यथा मैं दिन-प्रतिदिन कमजोर और दुखी होता जाऊँगा। मैं इस तरह और नहीं रह सकता, इसका असर मेरे जीवन और व्यवसाय पर पड़ रहा है,” उन्होंने परमपिता से अपनी प्रार्थना की।
मैंने उसकी अंतरात्मा की आवाज सुनी और उसकी मदद करने के लिए उसके साथ मिलकर काम किया।

दृश्य (दृश्य 1)
चिनमय एक मंदिर के बाहर मौन और एकांत में बैठा था, तभी बाबा जी योगी के वेश में उसके सामने प्रकट हुए।
योगी: “तुम क्यों चिंतित हो?”
चिनमाया: (स्वामीजी के चरण स्पर्श करते हुए) “स्वामीजी, मैं आंतरिक सुख की तलाश में हूँ। यह जीवन सार्थक होना चाहिए। मुझे लगता है कि उद्देश्य के बिना सब कुछ व्यर्थ है और मुझे कोई दिशा नहीं मिल पा रही है।”

योगी: “हम्म… मेरे प्यारे बच्चे, तुम अपने सच्चे मार्ग को पाने के बहुत करीब हो।”
चिनमाया: "मुझे यह कैसे पता चलेगा?"
योगी: "अपनी आंखें बंद करो।"
चिन्मय अपनी आँखें बंद कर लेता है। बाबा जी अपने अंगूठे से चिन्मय की तीसरी आँख (भौंहों के बीच का स्थान) को स्पर्श करते हैं और अंतर्मन हो जाते हैं। चिन्मय अपने शरीर में अपार ऊर्जा का प्रवाह महसूस करता है और देखता है कि एक तेज रोशनी धीरे-धीरे बाबा जी के मुस्कुराते चेहरे को रोशन कर रही है। बाबा जी कहते हैं, "तुम मेरे पास आए हो, मैं तुम्हारी आत्मा की देखभाल करूँगा।"
चिनमय का दर्शन समाप्त होते ही वह ऊर्जा से भर उठा और बाबा जी की मुस्कान उसके मन में अंकित हो गई। उसके बाद से वह मन ही मन बाबा जी से संवाद करने लगा और अपनी यात्रा से संबंधित सबसे महत्वपूर्ण प्रश्न पूछने लगा।

विजन (दृश्य 2)
एक बार चिनमाया किसी महत्वपूर्ण काम से यात्रा कर रहे थे जो उनके व्यवसाय के अस्तित्व के लिए आवश्यक था, हालांकि, उनके दिल में इतना संघर्ष था कि उनकी अंतरात्मा की आवाज ने उन्हें अपने भीतर गहराई में जाने और बाबा जी से प्रार्थना करने के लिए कहा।
बाबाजी से मिलने का अवसर शीघ्र ही आ गया। पूर्णिमा की रात थी; चिन्मय अपने घर के बाहर चुपचाप बैठे चाँद को निहार रहे थे। वे अनजाने में त्राटक कर रहे थे (आँखों को किसी विशेष बिंदु पर लंबे समय तक टिकाए रखकर दर्शन प्राप्त करना) और एक अद्भुत क्षण में उन्होंने बाबाजी को चाँदनी में प्रकट होते देखा।
“अब समय आ गया है कि आप क्रिया योग को जानें और इसे जनमानस में फैलाएं ताकि उन्हें अपने सच्चे आत्मिक उद्देश्य को समझने में मदद मिल सके।”
(बाबाजी ने कुछ क्षणों के लिए चिनमय के सिर पर अपना हाथ रखा और जितनी तेजी से वे उससे मिलने और अपना संदेश देने आए थे, उतनी ही तेजी से गायब हो गए।)

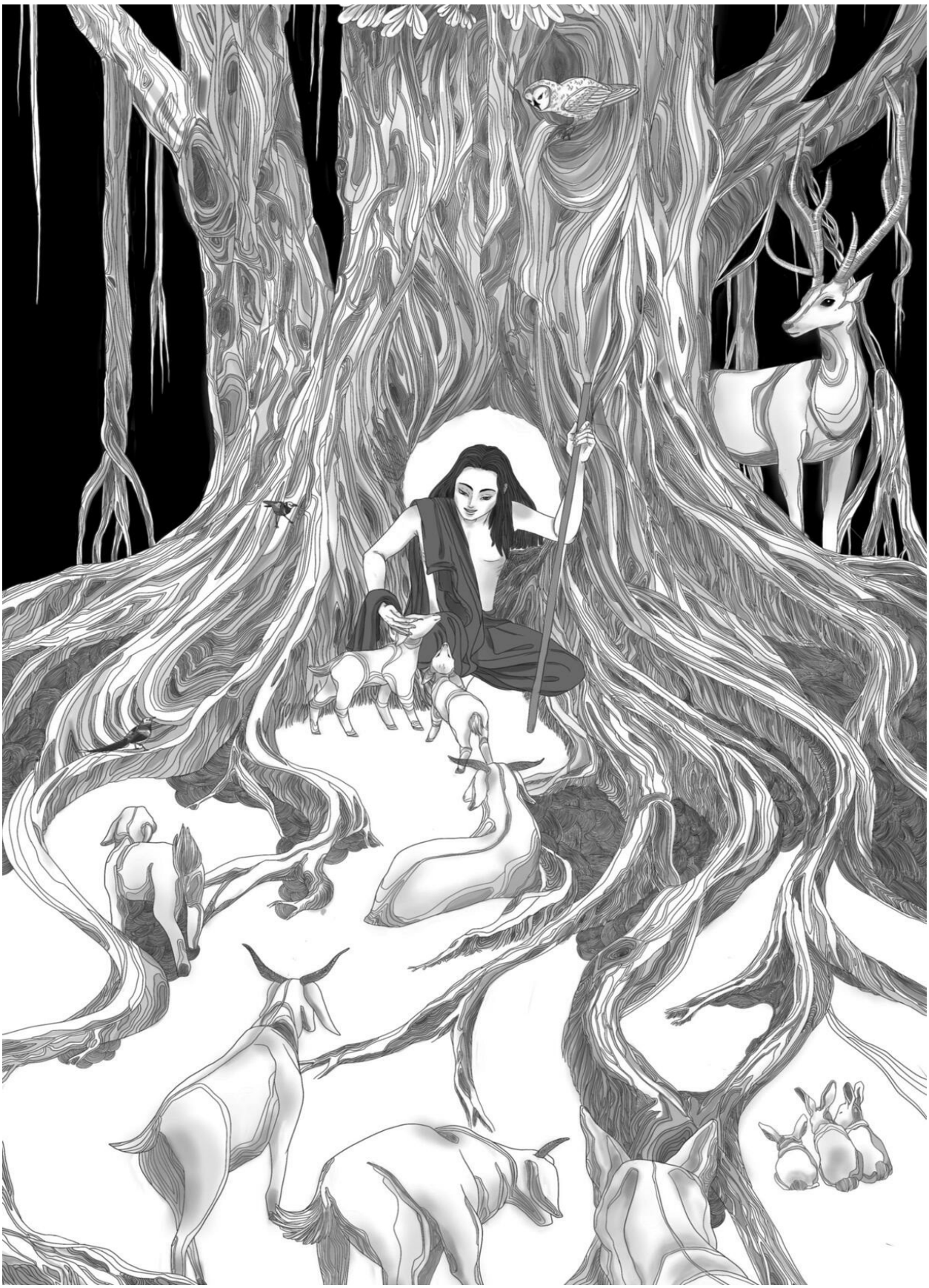
कहानी II

मैं श्रीलंका में एक ऐसी बच्ची के साथ काम करने गई थी जिसे मेरी ज़रूरत थी, एक खूबसूरत सात साल की बच्ची जो ईश्वर से मिलने की प्रतीक्षा कर रही थी। वह एक आम रात थी जब वह नींद में ही ईश्वर से बातें करने लगी। उस समय मैं ठीक उसके बगल में बैठी थी।
लड़की: “हे भगवान, आप कहाँ हैं? मुझे आपके दर्शन करने हैं और मैं कब से आपका इंतजार कर रही हूँ!”
बाबा जी: (प्यार से उसके सिर पर हाथ रखते हुए) “गीता, मैं तुम्हारे बिल्कुल पास हूँ!”
(गीता को उसकी गहरी और स्पष्ट आवाज सुनाई देती है)
गीता: “क्या यह आपकी आवाज है? क्या मैं आपकी आवाज सुन रही हूँ, भगवान?” बाबा जी: “जी हां, यह मेरी ही आवाज है।” (मुस्कुराते हुए)
आप ईश्वर से क्या चाहते हैं?
गीता: “हम्म... मुझे सोचने दीजिए...”
“तुम कैसे दिखते हो? अगर तुम मुझे अपना असली रूप दिखा सको, तो मैं तुम्हारी हर बात मानूंगा…”
बाबा जी उसके सामने प्रकट होते हैं। वह आश्चर्यचकित और प्रसन्न हो जाती है। वह उनके पास जाती है और बाबा जी उसे गले लगा लेते हैं।
बाबा जी: “मैं हमेशा तुम्हारे साथ हूँ, मेरी नन्ही देवी!”

कहानी III

बाबा जी एक बार नेपाल में थे। मेरे सपने में जो दृश्य दिखाई देता है, वह एक जंगल का है। वे जंगल में टहल रहे हैं और एक बड़े पेड़ के नीचे विश्राम करने का निर्णय लेते हैं। उनके शरीर से एक तेज रोशनी निकल रही है, उनकी उपस्थिति इतनी शांत है कि छोटे जानवर - खरगोश, कुत्ते, भेड़, पक्षी आदि - उनकी ओर आकर्षित हो रहे हैं। वे खुशी-खुशी उनके साथ खेलते हैं और उन्हें प्यार और स्नेह से सहलाते हैं। मैं भेड़ों के एक झुंड को देखता हूँ जो बाबा जी से मिलने आया है। कुछ क्षण बाद, एक आदमी अपनी भेड़ों को ढूंढता हुआ आता है, उनके इतनी दूर भटक जाने से थोड़ा नाराज़ है। जैसे ही वह पेड़ के पास पहुँचता है, वह शांत हो जाता है और अपने चारों ओर एक चमत्कारी ऊर्जा का अनुभव करता है। बाबा जी के साथ भावनात्मक एकात्मता के कारण उसका शरीर

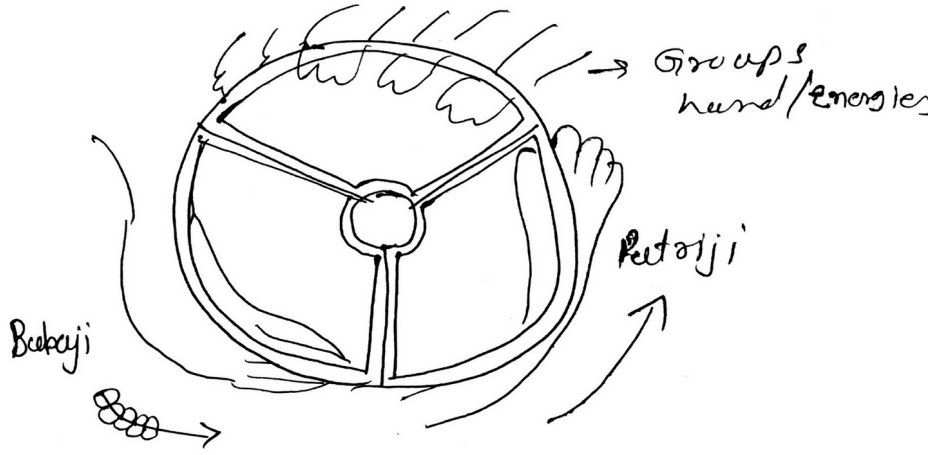
स्वतः ही काम करने लगता है और वह पेड़ के पास बैठ जाता है, बाबा जी की उपस्थिति से अनभिज्ञ, क्योंकि वह उन्हें अपनी मानवीय/भौतिक आँखों से नहीं देख सकता।



अंततः वह गहरी नींद में सो जाता है, उसका सिर महायोगी की गोद में होता है।
बाबाजी प्रेम से मुस्कुराते हुए चरवाहे के सिर पर अपना हाथ रखते हैं।
चरवाहे का सूक्ष्म शरीर उसके भौतिक शरीर से बाहर निकलता है और अब बाबाजी को स्पष्ट रूप से देख पाता है। जब वह दिव्य योगी को अपने भौतिक शरीर के सिर को सहलाते हुए देखता है तो वह भावविभोर हो जाता है।
“कृपा करके मेरी आत्मा को आशीर्वाद दें,” चरवाहा बाबा जी से विनम्रतापूर्वक विनती करता है। बाबा जी बाबा मुद्रा में हाथ उठाते हैं और चेहरे पर बड़ी मुस्कान लिए उत्तर देते हैं, “जानवरों की देखभाल करो। उनसे प्रेम करो, उनकी रक्षा करो। जो लोग इन निर्दोष प्राणियों को मार रहे हैं, वे यह धंधा बंद कर दें और पशु जगत तुम्हें अपना निःस्वार्थ प्रेम और कृतज्ञता प्रदान करेगा। ये जानवर तुम्हारी आजीविका का साधन बनेंगे।” बाबाजी अचानक हवा में गायब हो जाते हैं और एक अन्य प्रकाश कार्यकर्ता को उनके मार्ग पर आगे बढ़ने के लिए प्रेरित करते हैं।

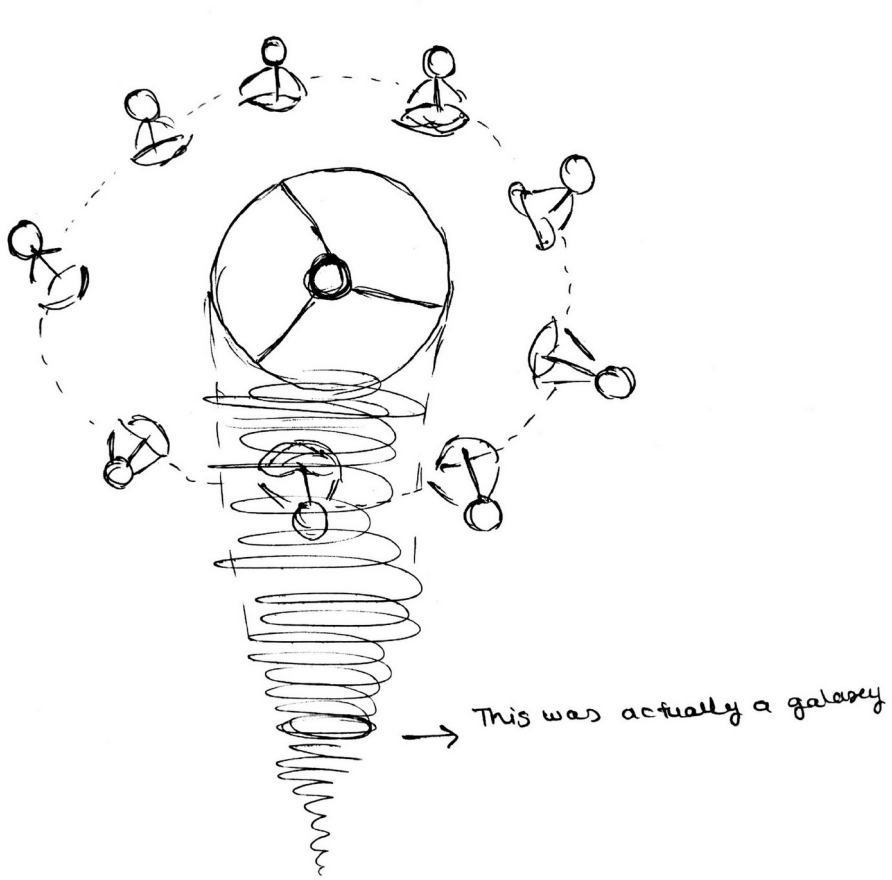
गुफा रोमांच

आपके जीवन में कई रोमांचक अनुभव आएंगे, लेकिन कुछ ही ऐसे होंगे जो आपकी आत्मा पर एक अमिट छाप की तरह हमेशा के लिए बस जाएंगे - बाबा जी ने मुझसे कहा है कि मैं आप सभी के साथ ऐसे ही अनुभव साझा करूं।
एक बार मैं दिल्ली की टीम के साथ बाबा जी की गुफा की यात्रा पर गया था। दिल्ली के युवा गुरु द्वारहाट में श्रृंखला ध्यान में बैठे थे। मुझे एक ऐसा अनुभव हुआ जिसमें मैंने तीन भागों वाला एक विशाल चक्र देखा, जिनमें से दो भाग क्रमशः बाबा जी और पैट्रीजी के हाथों में थे। बाबा जी की गुफा में दर्शन करने आए सभी 'दिव्य गुरुओं' के हाथों में चक्र का तीसरा भाग था (चित्र 2)। इस दर्शन में, हमारे प्रिय गुरुओं के हाथों ने पृथ्वी पर ऊर्जा प्रवाह के योगदान को दर्शाया।



(अंक 2)
दृश्य बदल गया और अब बाबा जी और मैं आमने-सामने बैठे थे। मेरे आस-पास के लोग गहरी ध्यान अवस्था में चले गए और उन्होंने अपने सूक्ष्म शरीरों को मुक्त कर दिया जो बाबा जी के बालों में विलीन हो गए। उन्होंने अपने बालों को जूड़े में बांधा और कहा, “कल गुफाओं में आकर ध्यान करो, मैं तब इन आत्माओं को वापस ले जाऊंगा। तब तक, वे मेरे साथ हैं।”
अगली सुबह हम कुकुचीना के लिए रवाना हुए और गुफा के प्रवेश द्वार तक पहुँचने में हमें लगभग दो घंटे लगे। हम सब फिर से श्रृंखला ध्यान में बैठ

गए और अपने भीतर अपार ऊर्जा का प्रवाह महसूस कर रहे थे। मेरे पिछले दर्शन में दिखाई देने वाला चक्र फिर से प्रकट हुआ और अब वह ध्यान के लिए बने घेरे के केंद्र में था। जब मैंने पहली बार चक्र को पुनः प्रकट होते देखा, तो मुझे उसके नीचे कुछ हलचल महसूस हुई, जैसे कोई अंतर्धारा हो। जैसे-जैसे मेरा दर्शन गहराता गया, मुझे एहसास हुआ कि वह अंतर्धारा गुफा के नीचे बन रही एक नई आकाशगंगा का निर्माण थी (चित्र 3)। हम जो ऊर्जा कार्य कर रहे थे, उससे इस नई आकाशगंगा का ब्रह्मांड में प्रसार हुआ होगा।



(चित्र 3)
इस बार मैं गुफा के असली स्वरूप और उसके विशाल आकार को अंदर से जान सका। अतीत में कुछ लोगों के गुफाओं के अंदर रास्ता भटक जाने की घटनाओं के कारण गुफा के अधिकांश हिस्से को बंद कर दिया गया था और केवल प्रवेश द्वार ही जनता के लिए खुला रखा गया था। मैंने गुफाओं के अंदर गहराई तक जाने वाला एक

लंबा सुरंग जैसा रास्ता देखा। यह एक लंबा रास्ता था। मुझे कुछ कंकाल इधर-उधर पड़े दिखाई दिए और मैं तुरंत समझ गया कि ये उन योगियों के अवशेष थे जिन्होंने इस स्थान पर गहन साधना करते हुए अपने शरीर का त्याग किया था। फिर मैंने गुफा में एक जादुई दुनिया देखी—गुफा की सुरंग के लगभग अंत में एक तेज रोशनी थी और यह रोशनी केंद्र बिंदु पर चकाचौंध कर रही थी, जो गुफा के भीतर दो नए रास्तों को काट रही थी। यह वही जगह थी जहाँ एक वैज्ञानिक प्रयोगशाला थी। यह पवित्र स्थान नई आकाशगंगा के निर्माण के लिए ऊर्जा केंद्र था। अब मुझे चक्र दर्शन का सच्चा उद्देश्य समझ में आया, यह ऊर्जा प्रवाह—बाबाजी, पात्रीजी और सभी दिव्य गुरुओं की संयुक्त ऊर्जा ब्रह्मांड में इस आकाशगंगा को मुक्त करने के लिए आवश्यक थी। हमारा समूह अन्य आत्मा समूहों के साथ इस आकाशगंगा निर्माण का हिस्सा था। अब मुझे दिल्ली के गुरुओं के साथ एक विशेष यात्रा पर यहाँ आने का अपना सच्चा उद्देश्य समझ में आया। मैंने देखा कि जैसे ही हमने अपनी श्रृंखला ध्यान जारी रखा, हमारे समूह की ऊर्जा चक्र में प्रवाहित हो रही थी, चक्र एक छोटे से ब्रह्मांडीय बदलाव की तरह घूम रहा था।
जीवन में कुछ भी बिना कारण के नहीं होता, हमें बस कारण जानने की प्यास होनी चाहिए। जब भी मैं हिमालय में बाबा जी की दिव्य गुफा में जाता हूँ, मुझे असीम आनंद और उनकी बुद्धिमत्ता तथा उस स्थान की सुखदायक ऊर्जा का अनुभव होता है। ऐसा लगता है मानो चारों ओर सुंदर ऊर्जा की हरी चादर बिछी हो। आइए, समय को थोड़ा पीछे ले चलते हैं और 2011 में हुए अपने एक अद्भुत अनुभव को साझा करते हैं। सभी लोग गुफा के अंदर ध्यान कर रहे थे, लेकिन मैंने गुफा के बाहर ध्यान करने का फैसला किया। कुछ ही पलों में मैं गहरी ध्यान अवस्था में पहुँच गया, क्योंकि ऊर्जाएँ दिव्य थीं और धारा की तरह प्रवाहित हो रही थीं। मैंने मौसम में कुछ उथल-पुथल देखी और आकाश धूसर हो गया। मैंने आकाश में एक द्वार बनते देखा और उसमें से दिव्य आत्माओं का एक समूह बाहर आया। लगभग 15 आत्माएँ थीं जो मेरे सामने आकर उतरीं।
मैं सुन्न, स्तब्ध और आश्चर्यचकित था, अपने विचारों को समेटने की कोशिश कर रहा था। उनकी ऊर्जा इतनी दिव्य थी, कि मेरी आत्मा से उनके लिए अपार आनंद और प्रेम उमड़ रहा था। मैं उस समूह को देखकर विस्मित हुए बिना नहीं रह सका।

उस समूह का एक व्यक्ति मेरे सामने आ गया। उसके हाथ में कुछ था जो खजाने के बक्से जैसा लग रहा था। शायद वह उस समूह का नेता था। वह मेरे सामने हल्के से मुस्कुराते हुए खड़ा हुआ और उसने मुझे वह बक्सा सौंप दिया।
उसने फुसफुसाते हुए कहा, “मैं तुम्हें यह खजाना दे रहा हूँ जिसमें 10 उपहार हैं। तुम्हें इसे 10 योग्य लोगों को देना है। तब तक तुम्हें इस बक्से का ध्यान रखना होगा।”

मैंने स्वाभाविक रूप से पूछे जाने वाले एक प्रश्न के साथ जवाब दिया, "मुझे कैसे पता चलेगा कि ये लोग कौन हैं?"
"जब तुम उनसे मिलोगे तो तुम्हें पता चल जाएगा," उसने मुझे आत्मविश्वास से कहा।
बक्सा सौंपने के बाद वे उसी द्वार पर लौट गए और गायब हो गए। बाद में, बाबा जी के सीरियाई अस्तित्व के दर्शन से मुझे पता चला कि वह व्यक्ति कोई और नहीं बल्कि स्वयं 'सैफॉन' थे! मैं इस दिव्य खेल को देखकर चकित रह गया—कैसे चीजें टुकड़ों-टुकड़ों में घटित होती हैं और अंततः जब हम सब कुछ एक साथ जोड़ते हैं, तो हमें एक स्पष्ट तस्वीर मिलती है।
पल्लवी: “बाबाजी! मैं आपसे निवेदन करती हूँ कि कृपया अपनी गुफा के भीतर हो रहे ऊर्जा कार्य पर प्रकाश डालें...”
बाबा जी: “यह स्थान एक ‘अंतरिक्ष स्टेशन’ है जहाँ अन्य लोकों के प्राणी पृथ्वी पर सुरक्षित रूप से उतर सकते हैं। अनेक योगियों ने मेरी उपस्थिति में साधना करके आत्मज्ञान प्राप्त किया है। मैंने यहाँ वर्षों तक लगातार 5000 से अधिक योगियों को ध्यान करते देखा है। बीसवीं शताब्दी के आरंभ में ही कुछ स्थानीय लोगों ने भयवश मेरी गुफा के प्रवेश द्वार में प्रवेश रोक दिया था।”

दृष्टि: (दूसरी ओर प्रशिक्षण) बाबा जी गहरी ध्यान अवस्था में थे और उनके सामने कई अन्य आत्माएं भी बैठी थीं। वे धीरे-धीरे अपनी समाधि अवस्था से बाहर आए और अपने सामने बैठे लोगों को देखा। वे अपनी जगह से उठे और इधर-उधर घूमने लगे, तभी बाकी सभी लोगों ने धीरे-धीरे अपनी आंखें खोलीं।
हम भौतिक शरीर में पृथ्वी पर इसलिए आए हैं ताकि हम उन चीजों को जान और समझ सकें जो परे हैं... लेकिन इन सबको गहराई से समझने के लिए आस्था का होना आवश्यक है। अपने विचारों और अनुभवों से मत डरो। आस्था एक छोर से दूसरे छोर तक नहीं जाती। याद रखो, यह तुम्हारे भीतर एक छोटे बच्चे की तरह है जो लुका- छिपी खेल रहा है। साधना करने से तुम इस बच्चे को बड़ा होने का प्रशिक्षण दोगे और अपनी भक्ति से इसका पोषण करोगे, जैसे-जैसे तुम्हारा ज्ञान परिपक्व होता जाएगा। जो भी करो, उसमें आस्था रखो और मैं तुम्हारे मार्ग में तुम्हारा साथ दूंगा।

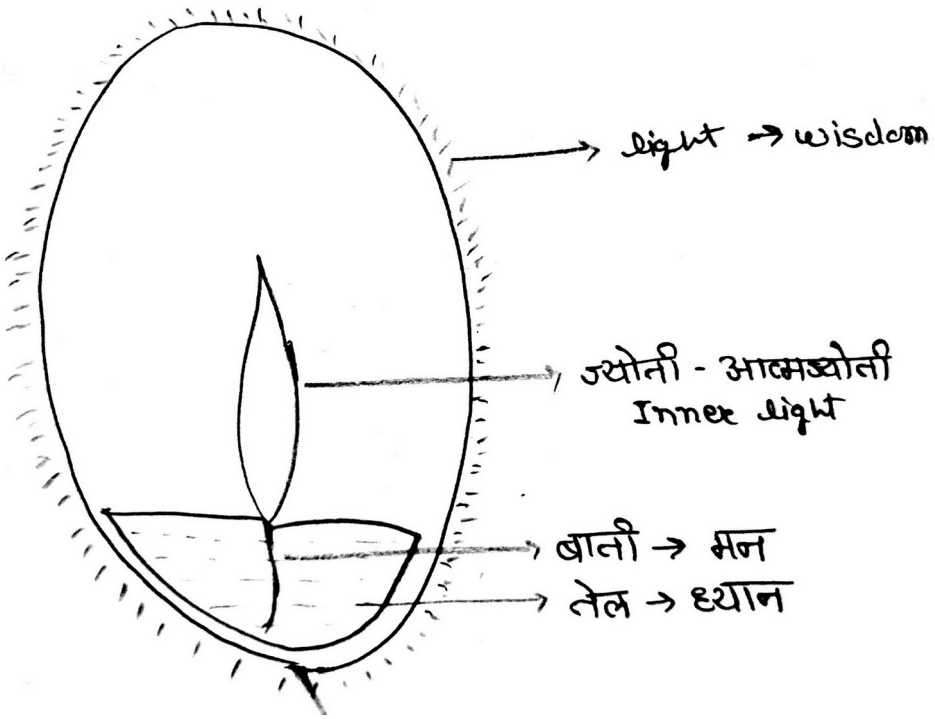
अपने वचन कहने के बाद, वे अपनी जगह पर बैठ गए और अन्य आत्माएँ जो उनकी शिक्षाओं की तलाश में थीं, उन्होंने आशीर्वाद के लिए उनके चरण स्पर्श किए। जैसे-जैसे आत्माएँ एक-एक करके उनका आशीर्वाद लेने आती गईं, वे उनका भविष्य और उनके आध्यात्मिक कार्यों का मार्ग देख सकते थे। मेरे दर्शन में, मैंने इन आत्माओं को बाबा जी के पास आते देखा; उनमें से एक लाहिड़ी महाशय थे, दूसरे युक्तेश्वर गिरि, फिर योगानंद और इसी प्रकार आगे... उन्होंने स्नेहपूर्वक मुस्कुराते हुए उन सभी को आशीर्वाद दिया और कहा, "जब तुम उचित समय पर पृथ्वी पर अवतरित होगे, तब मैं तुम सभी से प्रत्यक्ष रूप से मिलूंगा।"

मिश्रित
प्रश्न

निम्नलिखित दृष्टि का वर्णन है
बाबा जी प्रकृति के साथ एक हो रहे हैं।*

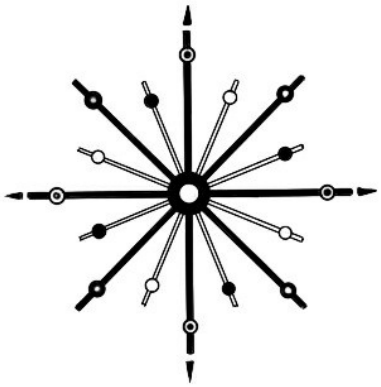
बाबा जी घटम (मटका) बजा रहे थे और अपनी उंगलियों के स्पर्श से संगीत उत्पन्न करने में माहिर लग रहे थे। वे पूरी तरह आनंदित थे, मानो स्वयं प्रकृति हों। आकाश में सुंदर पक्षी ऐसे उड़ रहे थे मानो उत्सव में नाच रहे हों। जैसे ही उन्होंने मधुर धुन बजाई, कई वनवासी जानवर उनके चारों ओर जमा हो गए - छोटे-बड़े जानवर, वहाँ एक बाघ भी था और यह सब देखना अद्भुत था। बाबा जी: “मैं एक ज्योति हूँ जो तेल में भीगी हुई रुई की बाती जलाने पर अपने आस-पास के सीमित क्षेत्र में प्रकाश फैलाती है। जिस क्षण आत्मा यह जान लेती है कि वह ज्योति नहीं बल्कि स्वयं अनंत प्रकाश है... तब वह लौ को छोड़कर अनंत प्रकाश में विलीन हो जाती है। मन चंचल है; यह हमेशा हमें उस मार्ग पर भटकाता है जो हमारी आत्मा के लिए सही नहीं है।”
“मैं अनंत प्रकाश हूँ”—इस परम सत्य को जितना मैं महसूस करता हूँ, उतना ही मैं इस क्षण के उस सत्य को भी महसूस करता हूँ कि मैं अभी भी ज्योति हूँ। मुझे हर किसी के हृदय में इस ज्योति को प्रज्वलित करना है। तभी वे भी आत्मा के रूप में अपने अनुभव को जान और समझ सकेंगे। हर आत्मा अनंत प्रकाश की ओर अग्रसर है, इसमें कोई संदेह नहीं है... लेकिन इस पथ पर मैं ज्योति बनकर विचरण कर रहा हूँ। अनेकों गहरे प्रकाश को प्रकाशित करना और उन्हें उनके अपने प्रकाश के अनुभव के निकट लाकर उन्हें उसके प्रति सजग करना; यही मेरे जीवन का उद्देश्य है।
'दीप' को जलते रहने के लिए तेल की आवश्यकता होती है... उसी प्रकार, आत्मा को प्रकाशित करने के लिए ध्यान का विज्ञान अत्यंत महत्वपूर्ण है। इसके बिना ज्योति का प्रकाश संभव नहीं है। जलती हुई बाती हमारा मन है, तेल ध्यान साधना का प्रतीक है... प्रकाशित 'दीप' हमारी आत्मा है। ध्यान के अभ्यास से हमारा मन प्रकाशित होता है, जिसका अर्थ है कि शुद्ध और योग्य विचारों से

प्रशिक्षित होकर मन मजबूत होता है। इस ज्योति का प्रकाश स्वयं को अधिक से अधिक साझा करके आत्मा के ज्ञान के विकास में सहायक होता है (चित्र 4)।



पल्लवी: "कृपया मुझे समझाएं, ऐसा क्यों होता है कि मुझे खाली पेट, खासकर सुबह पेट साफ करने की रस्म के बाद, आप इतनी स्पष्टता से ग्रहण करते हैं?" बाबा जी: “एक योगी को अपनी साधना के विषय में हमेशा सजग रहना चाहिए। अब तक लोग गहन तपस्या करने के लिए हिमालय की गोद में आते रहे हैं। जो लोग मध्यम मार्ग का अनुसरण कर रहे हैं और आप जैसे जन कल्याण के लिए समाज में रह रहे हैं, उन्हें ध्यान साधना अवश्य करनी चाहिए, लेकिन ध्यान साधना के अलावा, अगला सबसे महत्वपूर्ण पहलू शरीर और मन की शुद्धि है।”
“अपनी भूख के आधे से अधिक भोजन कभी न करें। योगी का शरीर हमेशा हल्का महसूस होना चाहिए। आपको पता नहीं चलता कि पेट भरकर खाने के बाद भी आपको भारीपन क्यों महसूस होता है। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि आपको आवश्यकता से अधिक खाने की आदत होती है। जब आप रात को सोते हैं और सुबह जल्दी उठकर स्नान करते हैं, तो इस प्रक्रिया में पिछले दिन के सभी कर्म धुल जाते हैं, जिससे आपकी चेतना वर्तमान दिन के लिए शुद्ध हो जाती है, जो अत्यंत आवश्यक है।”

“जब आपका शरीर भोजन पचाता है, तो ऊर्जा निकलती है, जिससे शरीर नई ऊर्जा ग्रहण करने के लिए तैयार होता है। मुझे ग्रहण करने के लिए, आपको पिछले दिनों के कर्मों से मुक्त होना होगा ताकि आप मेरी ऊर्जाओं का पुनः अनुभव कर सकें। शरीर का यह पहलू मन को बहुत प्रभावित करता है। यदि आप अपने शरीर को सचेत ग्रहणशील अवस्था में रखना चाहते हैं, तो सही सात्विक भोजन का सेवन करें और उतना ही खाएं जितना आवश्यक हो। इससे आप अपने आत्मिक अनुभव को गहरे स्तर पर जान और समझ सकेंगे।”
पल्लवी: “आपने पहले बताया था कि आप 21 अलग-अलग भाषाएँ बोल सकते हैं। बाबा जी, आप कौन-कौन सी भाषाएँ बोल सकते हैं? क्या आप कृपया इसके बारे में और विस्तार से बताएँगे?”
बाबा जी: “मैं कोई भी भाषा बोल सकता हूँ क्योंकि मैं प्रकृति और हर उस आत्मा के साथ एक हो गया हूँ जिससे मैं मिलता हूँ। हालाँकि, मैंने जो आपको बताया है वह सच है... मैंने अलग-अलग लोगों से 21 भाषाएँ सीखी हैं और उन पर मेरी अच्छी पकड़ है।”
“ये भाषाएँ तमिल, हिंदी, गढ़वाली, डच, स्पैनिश, अंग्रेजी, हिब्रू, उर्दू, ताइवानी, मंदारिन, माया, कनाडाई, पावनी, मलय, बिहारी, तुर्की, संस्कृत, पाली, पुर्तगाली, नाइजीरियाई, बंगाली आदि हैं। आत्मा को भाषा की आवश्यकता नहीं होती, केवल मन को होती है। दो आत्माओं के बीच संवाद कंपन का एक मिलन मात्र है।”
“मैंने कई लोगों के साथ काम किया है, लेकिन सभी मुझे स्वीकार नहीं कर पाए। यह आपके काम की तरह है, जहाँ आप ईमेल को प्रोसेस करते हैं। कुछ लोग इसे समय पर प्राप्त कर लेते हैं और जवाब देते हैं, जबकि कुछ इसे देर से देखते हैं। कोई ऐसा भी होगा जो इसे कभी नहीं देखेगा और इसे स्पैम या जंक समझकर डिलीट कर देगा।”
“आत्मा से संवाद स्थापित करने के लिए, हमें ग्रहणशीलता की ऊर्जा आवृत्ति पर स्पंदित होना आवश्यक है। इसके लिए हमें अपने मन को प्रशिक्षित करना होगा। मैं आत्माओं के साथ अपना कार्य तभी शुरू करता हूँ जब वे ग्रहणशीलता की आवृत्ति पर होती हैं। जैसे-जैसे मैं उन्हें सक्षम बनाता हूँ, वे इस प्रक्रिया में दूसरों को भी सक्षम बना सकते हैं।”



इसके पीछे का रहस्य
शारीरिक अमरता

बाबा जी: “आभासी अमरता मानव जाति की सबसे बड़ी अज्ञानता है”
पल्लवी: “कृपया इस पर कुछ प्रकाश डालें, बाबा जी!”
बाबा जी: “एक तरफ तो आपका तथाकथित ‘विज्ञान’ इन वर्षों में बहुत विकसित हुआ है, जिससे लोग एक-दूसरे के करीब आए हैं, वहीं दूसरी तरफ मानव निर्मित तकनीक ने भारी अज्ञानता को भी जन्म दिया है।”
पल्लवी: “यह अज्ञान कहाँ से उत्पन्न होता है?”
बाबा जी: “अज्ञान का जन्म ‘मन’ के सिवा कहीं और नहीं होता। मनुष्य का मन ही एकमात्र ऐसा साधन है जो सिक्के के सकारात्मक और नकारात्मक दोनों पहलुओं को विकसित करता रहता है। बाहरी मन को अंतर्मुखी होना चाहिए...तभी वह स्वयं को और अपने अनुभवों से प्राप्त ज्ञान को अनुभव कर पाएगा। आपकी दुनिया डिजिटल हो गई है, लेकिन यह सब मूर्खतापूर्ण है; क्योंकि आपने ही इस मूर्खता की इच्छा की थी। यह मूर्खता अज्ञान से उत्पन्न होती है और लोग अब रोबोटिक तकनीक से संचालित जीवन का आनंद ले रहे हैं, यह सोचकर कि यही वास्तविकता है।”
“‘शारीरिक अमरता’ वाक्यांश एक नवनिर्मित शब्द जैसा लगता है, जो तथाकथित विकसित तकनीकी दिमागों के लिए अनुसंधान का एक क्षेत्र है... लेकिन सच्चाई यह है कि यह उन लोगों के लिए कभी आश्चर्यजनक नहीं रहा है जिन्होंने अपने आंतरिक स्व का अन्वेषण करने की क्षमता विकसित और प्राप्त कर ली है।”
जब आप अपने भीतर गहराई से झांकते हैं, तो आपको समझ आता है कि आत्मा स्वयं अमर है। मन ही मन में "मैं अमर हूँ" की ध्वनि गूंजती है, मानो लहरों की तरह। लेकिन जब आप आंखें खोलते हैं और भौतिक संसार में प्रवेश करते हैं, तो वही अनुभूति अनुभव करना कठिन हो जाता है। तो आखिर यहाँ हो क्या रहा है? “शरीर, मन और आत्मा कभी अलग-अलग इकाई नहीं हैं, बल्कि एक ही हैं। जब आप केक बनाते हैं, तो आप उसमें अलग-अलग परतें लगाते हैं; उसे सजाते हैं, उस पर आइसिंग लगाते हैं और घोल में अलग-अलग स्वाद मिलाते हैं और अंत में जब वह तैयार हो जाता है, तो आप उसे चॉकलेट केक या बटरस्कॉच केक कहते हैं, इत्यादि... इसी तरह, 'आप' या 'मैं' या 'आत्मा' कभी भी अलग इकाई नहीं है।”

“जब कोई इस बात को समझ लेता है और पूरी तरह से इसमें लीन हो जाता है, तो वह इस उच्चतर सत्य का अनुभव कर सकता है कि जब तक चाहे उसी शरीर में रह सकते हैं। भौतिक जीवन और आध्यात्मिक जीवन में भेद न करें, ये दोनों एक ही हैं।” "हालांकि, मन, शरीर और आत्मा के एक इकाई होने का यह संपूर्ण सत्य उन लोगों के लिए भिन्न होता है जो अज्ञानी हैं या पर्याप्त रूप से प्रबुद्ध नहीं हैं, जिन्हें इस परम सत्य को समझने के लिए अपने सच्चे अंतर्मन के करीब जाने की आवश्यकता है।"

विश्वास की ऊर्जा

पल्लवी: "क्या आप आस्था के बारे में और विस्तार से बता सकती हैं?"
बाबा जी: “मनुष्य को अपने जीवन में आस्था की ऊर्जा को ग्रहण करना चाहिए। मैंने इस पृथ्वी पर कई सदियाँ देखी हैं जिनमें से मनुष्य ही एकमात्र ऐसा प्राणी है, या आप कह सकते हैं कि एकमात्र ऐसा प्राणी है, जिसे स्वयं के बारे में और विशेष रूप से आस्था की ऊर्जाओं के बारे में शिक्षित होने की आवश्यकता है, क्योंकि यह संपूर्ण अस्तित्व इसी ऊर्जा में विद्यमान है।” “हमारी धरती माता, जिसने इस खूबसूरत सृष्टि को प्रकट होने के लिए दिया है, मूल रूप से इसी ‘विश्वास ऊर्जा’ पर विद्यमान है। मानव मन हमेशा से यह सोचता रहा है कि पृथ्वी अंतरिक्ष में लटकती हुई एक गेंद कैसे है। अब आपको इसका वैज्ञानिक उत्तर मिल गया है, लेकिन सच्चाई यह है कि वह केवल विश्वास नामक इस अदृश्य ऊर्जा पर ही जीवित है।”
उसे विश्वास है कि वह जी सकती है...
उसे विश्वास है कि वह रचना कर सकती है...
उसे विश्वास है कि वह खिला सकती है...
“ज़रा सोचिए, अगर धरती इस विश्वास को ही खो दे तो क्या होगा? आप कल्पना भी नहीं कर सकते... हा हा हा!”
विश्वास की शक्ति निरंतर बढ़ती रहती है। बस इस ऊर्जा को अपने भीतर आने दें और आप अपने चारों ओर चमत्कार होते देखेंगे। एक बीज पौधा कैसे बनता है? पक्षी उड़ना सीखते ही अपने बच्चों को कैसे छोड़ देते हैं? बादल कैसे जानते हैं कि पौधों को पानी की ज़रूरत है? यह सब इसलिए हो रहा है क्योंकि उन्होंने कभी खुद पर और दूसरों पर विश्वास करना नहीं छोड़ा। लेकिन इंसान इस चमत्कारी और शक्तिशाली ऊर्जा को खो चुके हैं। अब असली चुनौती इसे बार-बार फिर से बनाने की है... जब तक आप इस सत्य में पूरी तरह से न जी लें।
“यह ऊर्जा हर किसी के भीतर गहराई में विद्यमान है, लेकिन इसे पूर्ण जागरूकता के साथ समझना मानव मन के लिए आवश्यक है। आप इस विश्वास की ऊर्जा को कभी धारण करते हैं तो कभी नहीं, लेकिन जब तक आप आध्यात्मिक साधनाओं को अपनाकर उन्हें शुरू नहीं करते, तब तक आपको सफलता नहीं मिल सकती। अब देखते

हैं कि जब आप इस विश्वास की ऊर्जा को अपने भीतर ग्रहण करते हैं तो क्या होता है।”
“जन्मजात यह ऊर्जा आपके भीतर बचपन से ही मौजूद रहती है, लेकिन सोचने की क्षमता विकसित होने और विचारों की दुनिया में प्रवेश करने के साथ ही आप इसे खो देते हैं। आप अपने विचारों और इच्छाओं को संजोने में व्यस्त हो जाते हैं और विश्वास की ऊर्जा खो देते हैं।”
पल्लवी: "विश्वास की ऊर्जा खोने से आपका क्या तात्पर्य है?"
बाबा जी: “अच्छा प्रश्न। आस्था की ऊर्जा खोने का अर्थ है दुनिया को गहराई से देखने की क्षमता खो देना। आप बाहरी धारणाओं और उनके प्रभावों को आत्मसात करके विश्वास करते हैं, जिसमें ज्यादातर सत्य और असत्य दोनों शामिल होते हैं... चाहे आप हर समय उसे सत्य ही क्यों न मानते हों। संक्षेप में, आप अपने सभी जन्मों में निरंतर किसी न किसी प्रकार की आस्था प्रणाली विकसित करते रहते हैं।”
“आप हर पल विश्वास का यह खेल खेलते रहते हैं। आपमें से कई लोग यह भी नहीं मानते कि आपने एक झूठी विश्वास प्रणाली विकसित कर ली है। जैसे-जैसे व्यक्ति अपने आप से मिलता है, वह अपने पुराने विश्वासों के पैटर्न को तोड़ता है और नए बनाता है... फिर पुराने को तोड़ता है और नए को बनाता है। यह प्रक्रिया बस चलती रहती है।”
"अपनी आत्मा की अनुभूति के आधार पर अपनी विश्वास प्रणाली विकसित करके ही आप सत्य के मार्ग पर चल सकते हैं।"
बाबा जी: “क्या आपका विश्वास आपके विचारों का अनुसरण कर रहा है या आपके विचार आपके विश्वास का अनुसरण कर रहे हैं?”
पल्लवी: "हमारे विचार हमारी विश्वास प्रणाली का अनुसरण करते हैं।" बाबा जी: “ठीक है!”
“आत्मज्ञान से ही आस्था की ऊर्जा का विकास होता है और जीवन के सत्य का अनुभव करने से यह ऊर्जा प्रबल हो जाती है। इसे ‘समर्पण’ का एक रूप कहा जा सकता है। समर्पण की इस ऊर्जा के अनेक स्तर होते हैं। इस यात्रा का अनुभव करने के लिए योगी बनना आवश्यक है।”
पल्लवी: "कृपया युवाओं को उनके सच्चे 'दिव्य स्वरूप' को प्राप्त करने के लिए अपना संदेश दें।"

बाबा जी: “बचपन से ही हम ईश्वर से प्रार्थना करते हैं और हर परिस्थिति में सर्वशक्तिमान को याद करते हैं। जैसे-जैसे हम बड़े होते हैं, यह एक तरह का आह्वान बन जाता है...हम अक्सर अनजाने में ही ईश्वर को पुकारते रहते हैं। युवावस्था में यह एक प्रक्रिया बन जाती है, एक अवचेतन क्रिया। यहाँ हमें सही तरीके से बीज बोने की आवश्यकता है ताकि हम अपने भीतर के ईश्वर को जागृत कर सकें, न कि किसी ऐसे बाहरी ईश्वर को पुकारें जिसे हम जानते ही नहीं। वर्तमान युग डिजिटल युग है। यह वह युग है जहाँ हर कोई नई चीजों के बारे में बहुत जल्दी जागरूक हो जाता है और कोई भी खबर जंगल की आग की तरह फैल जाती है।”
अब वह समय आ गया है जब पृथ्वी पर सर्वस्व की दिव्यता सभी को आत्मज्ञान के करीब ले जाएगी। विशेषकर युवा अपने भीतर के ईश्वर से मिलने वाले दिव्य आह्वान की प्रतीक्षा कर रहे हैं। मानवता ने अपने पूर्वजों की नैतिक संस्कृति को संरक्षित तो रखा है, लेकिन उसकी गहराई को समझना भूल गई है। हालांकि, अब आप देख सकते हैं कि युवाओं ने अपने भीतर से और सृष्टि से अद्भुत अंतर्दृष्टि प्राप्त कर ली है, जिसकी भविष्यवाणी सदियों पहले नैतिक ग्रंथों में की गई थी।
“अगर आपने संतों या आध्यात्मिक गुरुओं को देखा होता, तो उन्होंने आत्म-दिव्यता को युवावस्था में ही प्राप्त कर लिया होता, न कि वृद्धावस्था में। इससे पता चलता है कि युवावस्था कितनी महत्वपूर्ण है। युवाओं के लिए दिव्य स्वरूप प्राप्त करने का पहला संदेश है सज्जन संगति (आत्म-साक्षात्कार प्राप्त, समान विचारधारा वाले लोगों की संगति)। युवा अपने परिवेश में खो जाते हैं, सही-गलत के बीच चुनाव करने में भ्रमित हो जाते हैं। केवल आत्म-साक्षात्कार प्राप्त लोगों की संगति ही उन्हें अपने दिव्य स्वरूप के करीब ला सकती है।”
पल्लवी: “आपको महावतार क्यों कहा जाता है? क्या यह आपकी प्राप्त सिद्धियों के कारण है या इसके पीछे कोई और कहानी है?”
बाबा जी: “अवतार कौन होता है?”
पल्लवी: “वह जो मानवता के कल्याण के लिए, उन्हें शिक्षा देने और मार्ग दिखाने के लिए मानव रूप धारण करती है; पृथ्वी पर भौतिक रूप में एक सर्वोच्च दिव्य आत्मा का अवतार।”

बाबा जी: “बहुत खूब कहा। जैसा कि मैंने पहले भी बताया है कि मैं शिव चेतना हूं। शिव को ‘महादेव’ के नाम से जाना जाता है, जिसका अर्थ है देवताओं के देव, जिन्होंने महानतमता प्राप्त की है। मैं उनके प्रिय नाग वासुकी का अवतार हूं।”
“मैं वासुकी का अवतार हूँ, जो स्वयं शिव का अंश है। यही मुख्य कारण है कि पृथ्वी पर जिन लोगों ने मुझे देखा है या मेरे साथ अनुभव किया है, उन्हें वह सब प्राप्त करना असंभव लगता है जो मैंने प्राप्त किया है और उन्हें यह असामान्य लगता है। मैं उनके लिए एक नायक, उनका सुपरमैन हूँ। मैंने जो शक्तियाँ और सिद्धियाँ प्राप्त की हैं, वे लोगों को जादू जैसी लगती हैं। लेकिन यह जादू नहीं है, यह आध्यात्मिक विज्ञान है। इसे समझने के लिए, व्यक्ति को आध्यात्मिक विज्ञान का ज्ञान प्राप्त करना होगा।”
पल्लवी: “सच है। लेकिन यह देखकर सचमुच आश्चर्य होता है कि आप पिछले 1800 वर्षों से एक ही शरीर में रह रहे हैं। क्या आपको इसमें कभी ऊब महसूस नहीं हुई?”
बाबा जी: “(हंसते हुए) किस बात से ऊब गए हो? एक ही शरीर से या जीवन से?” पल्लवी: “दोनों…”
बाबा जी: “मेरे पास ऊबने का समय नहीं है। मैं समयहीनता की अवधारणा में जीता हूँ। मैं एक आत्मा हूँ, एक उच्च चेतना हूँ जिसने भौतिक शरीर में कदम रखा है और यह शरीर मेरे मन और आत्मा में व्याप्त है। मैं शरीर की देखभाल के अलावा कभी इसके बारे में नहीं सोचता। पृथ्वी की चेतना को ऊपर उठाने के लिए बहुत बड़ा काम बाकी है। यह केवल मेरा ही नहीं, बल्कि सभी प्राणियों का दायित्व है कि वे प्रकाश की ओर अग्रसर हों।”
“हालांकि, केवल आत्मज्ञानी ही इस उत्तरदायित्व को गहराई से समझ पाएंगे। इसलिए, मेरा उद्देश्य मानवजाति को आत्मज्ञान की प्रक्रिया में सहायता करना है। इसके बाद, समय के साथ जो कुछ भी प्राप्त होगा, वे सत्य और उद्देश्य की ओर अपने-अपने मार्ग पर चलेंगे।”

बाबा जी के साथ प्रश्नोत्तर सत्र

Himangi Belsare, Pune
हिमांगी: "मानवता के लिए बहुप्रतीक्षित स्वर्ण युग की दिशा में निर्णायक मोड़ कब और क्या होगा?"
बाबा जी: “आप स्वयं स्वर्णिम युग में हैं। जब आप घर छोड़कर लंबी छुट्टी पर जाते हैं तो क्या होता है? वापस आने पर आपको घर की सफाई करनी पड़ती है ताकि नई ऊर्जाएं प्रवेश कर सकें। स्वर्णिम युग की शुरुआत हो चुकी है, लेकिन निरंतर सफाई की प्रक्रिया के कारण इसे पूरी तरह से प्रकट होने में समय लगेगा।”
हिमांगी: “बाकी दुनिया का क्या? उनका परिवर्तन कब शुरू होगा? मेरे लिए कोई संदेश है क्या?”
बाबा जी: “वे परिवर्तन की प्रक्रिया में हैं, जो फिलहाल नगण्य है; पर्दे के पीछे काम चल रहा है। दूसरी तरफ इसे साकार करने के लिए कई समूह काम कर रहे हैं। हाँ, सभी के लिए उच्चतर अवस्था तक पहुँचना और उसे समझना थोड़ा मुश्किल है... लेकिन अंततः लक्ष्य पृथ्वी पर प्रत्येक मनुष्य के लिए आत्म-साक्षात्कार है, जो निश्चित रूप से होगा और जो इसे स्वीकार नहीं कर सकते, वे इस कंपन में नहीं रह सकते।”
बाबा जी: “और हाँ, किसी मार्गदर्शन की आवश्यकता नहीं है क्योंकि आप पहले से ही सब कुछ पूरी तरह से कर रहे हैं।”
हिमांगी: "आपका बहुत-बहुत धन्यवाद।"

स्वाति पोन्नाला, चंडीगढ़
स्वाति: “बाबाजी, अब मुझे पता चल गया है कि मेरे जीवन का उद्देश्य अपने ज्ञान को साझा करना है। मैं इस बारे में और अधिक स्पष्टता कैसे प्राप्त कर सकती हूँ?”
बाबा जी: “जीवन का संपूर्ण खेल यही है कि हम जो भी करें, उसमें स्पष्टता प्राप्त करें। यह एक ऐसी प्रक्रिया का हिस्सा है जो कभी समाप्त नहीं होती। यह समझना आवश्यक है कि एक बार जब आपको अपने कार्य के प्रति स्पष्टता मिल जाए, तो आपको उसी अनुशासन में निरंतर कार्य करते रहना चाहिए... और वह अनुशासन आपको आपके जीवन के उच्च उद्देश्य के करीब ले जाएगा। आप जो कर रहे हैं वह पहले से ही परिपूर्ण है; बस अपने कार्य को करते रहिए ताकि उसमें और अधिक गहराई आ सके।”
स्वाति: "शारीरिक और आध्यात्मिक जीवन में संतुलन कैसे बनाएँ?"
बाबा जी: “संतुलन बनाने की कोई आवश्यकता नहीं है। क्या आप पृथ्वी और आकाश को संतुलित करने का प्रयास कर रहे हैं? नहीं, आप ऐसा नहीं कर सकते। क्योंकि ये ऊर्जाएँ स्वयं अपना ध्यान रखेंगी। इसी प्रकार, भौतिक जीवन और आध्यात्मिक जीवन दोनों ही स्वयं अपना ध्यान रखेंगे। इनमें भेद न करें, क्योंकि ऐसा नहीं है। योगी के लिए सब कुछ आध्यात्मिक है। आपके द्वारा किया गया प्रत्येक कार्य आपकी चेतना के विस्तार के कारण आध्यात्मिक हो जाता है। बस अपने ज्ञान की प्यास को दूसरों के साथ अपने विभिन्न जन्मों और विभिन्न भूमिकाओं में किए गए अनुभवों को साझा करके बुझाएँ। बस इतना ही।” स्वाति: "इस गहन स्पष्टता के लिए धन्यवाद।"

अलीशा नेटलकर, गोवा
अलीशा: "मैं अपनी मानसिक बीमारी (ओसीडी, अवसाद और चिंता) से पूरी तरह से कैसे ठीक हो सकती हूँ?"
“मैं अपने उस पुराने प्रेमी से अलग नहीं हो पा रही हूँ जो मेरे लिए बहुत प्रिय था और जिसने शुरुआत में मुझे ठीक होने में मदद की थी। क्या हमारा रिश्ता हमेशा के लिए खत्म हो गया है? अगर हाँ, तो मैं आगे कैसे बढ़ूँ? यह कहते हुए मुझे पेट के निचले हिस्से में बेचैनी महसूस हो रही है।” बाबाजी: “हम्म… वैसे तो कोई शारीरिक बीमारी नहीं है।”

अलीशा: "कोई शारीरिक बीमारी नहीं?"
बाबा जी: “हर चीज़ मानसिक बीमारी से जन्म लेती है। यह वैराग्य की बात नहीं है, बल्कि सीखने की बात है... जब तक आप यह नहीं जान लेते कि आपने जीवन में ऐसा अनुभव क्यों आकर्षित किया है, तब तक आप वैराग्य कैसे कर सकते हैं? जीवन की हमेशा एक नई योजना होती है और यदि आप इस पर विश्वास करते हैं, तो आपको नई ऊर्जाओं को स्वीकार करने के लिए पुरानी ऊर्जाओं को पीछे छोड़ना होगा। यही सच्चे अर्थों में प्रेम को समझना है। उन्होंने आपको यह समृद्ध अनुभव दिया है जो आपके जीवन में सुख और दुख दोनों से भरा हो सकता है। वास्तव में, उन्होंने आपको आगे बढ़ने में मदद की है। उनकी आत्मा को धन्यवाद दें और आगे बढ़ें; अपने जीवन के लिए सही व्यक्ति खोजें। जब आप अतीत के घावों को भर लेंगे और अपने नए जीवन का स्वागत करेंगे, तो आपकी सभी परेशानियाँ भी दूर हो जाएँगी।”
अलीशा: “हम्म... मैं इसे याद रखूंगी। धन्यवाद।”
बाबा जी: "क्या फिल्म का शो खत्म होने पर तुम रोओगे?"
अलीशा: “हाहाहा… मुझे ऐसा नहीं लगता।”
बाबा जी: “तो अब क्यों? यह तो समाप्त हो चुका है, नए को देखने के लिए तैयार हो जाओ।”
अलीशा: “बहुत बढ़िया! मुझे यह जानना ज़रूरी था।”
बाबा जी: “क्षमा करो और भूल जाओ।”
अलीशा: "बहुत-बहुत धन्यवाद, मैं इसे अपने जीवन में लागू करूंगी।"

भार्गव रेड्डी, आंध्र प्रदेश
भार्गव: “पिछले एक महीने से मुझे ऐसा लग रहा है कि मेरे शरीर को भोजन की आवश्यकता नहीं है। दो दिन का उपवास करने के बाद भी मुझे भूख नहीं लग रही है। मुझे ऐसा क्यों महसूस हो रहा है?”
बाबा जी: “हम्म… आपकी आत्मा अन्य लोकों में कड़ी मेहनत कर रही है और भौतिक लोक में कम सचेत है क्योंकि आपका भौतिक शरीर आपके सूक्ष्म ज्ञान को सहारा देने का प्रयास कर रहा है। जब आपकी चेतना पूरी तरह से इस भौतिक शरीर में वापस आ जाएगी, तो यह स्वयं ही पोषण की मांग करेगी। ऐसा ही हो।”
भार्गव: "धन्यवाद, बाबाजी।"

Rajesh Khele, Pune
पल्लवी: “हेलो सर! मुझे अभी बाबा जी का संदेश मिला है कि वे इस गुरुवार को आपके साथ होंगे!”
राजेश: “मैं बाबा जी के साथ रहने के लिए बहुत उत्सुक हूँ। मुझे क्या करना चाहिए? कृपया मार्गदर्शन करें।”
(बाबाजी तुरंत आते हैं और बातचीत शुरू कर देते हैं।)
बाबा जी: “विश्वास रखो… मेरे साथ रहो। ऐसा विश्वास रखो कि उसमें अविश्वास का जरा सा भी विचार न हो। यह तुम्हारी आत्मा के मूल तक पहुंचे जहां सब कुछ संभव है।”
राजेश: “बाबा जी, मेरे लिए कोई संदेश है क्या?”
बाबा जी: “अपना पूरा मन मुझमें लगा दो, और तुम्हें किसी भी चिंता की कोई परवाह नहीं रहेगी... यह परियोजना तुम्हें अपनी उच्चतम बुद्धि का उपयोग करने और मजबूत भावनात्मक आधार विकसित करने के आदर्श तरीके सिखाएगी। तुम मुझे क्या भेंट करोगे? (मुस्कुराते हुए)”
राजेश: "इस जीवन में और मेरे सभी पिछले जन्मों में मेरे पास जो कुछ भी है, वह सब तुम्हारा है।"
बाबा जी: "बस मुझे अपनी आस्था अर्पित करो।"
राजेश: “बिल्कुल, हमेशा। मैं बहुत आभारी हूं।”

शुभम त्रिपाठी, पटना
शुभम: “मैं प्रतिदिन 30 मिनट ध्यान करता हूँ और मुझे ध्यान करना बहुत अच्छा लगता है। लेकिन ध्यान के बाद मेरे शरीर के कुछ हिस्सों में दर्द होने लगता है और मुझे बहुत असहजता महसूस होती है। जब मैं कुछ दिनों के लिए ध्यान करना बंद कर देता हूँ तो मुझे वह दर्द या असहजता महसूस नहीं होती। मुझे ऐसा लगने लगा है कि आध्यात्मिकता मुझे उसमें डूबने नहीं देना चाहती। कृपया मेरा मार्गदर्शन करें बाबा जी।”
बाबा जी: “जब कोई स्त्री नौ महीने तक गर्भ धारण करती है, तो क्या उसे उस दौरान सभी प्रकार के दर्द और कष्ट नहीं सहने पड़ते? उसके गर्भ में पल रही नई ऊर्जा दिन-प्रतिदिन बढ़ती है और वह इसे बड़े धैर्य से सहन करती है। वह जानती है कि उसे दर्द सहने की कितनी शक्ति है। वह जानती है कि अपने शरीर

में नई ऊर्जा विकसित करने के लिए कितना संघर्ष करना पड़ता है, जो इस अवधि के बाद उसे एक महान फल प्रदान करेगी।”
“ध्यान के साथ भी ऐसा ही होता है। जब आप ध्यान करते हैं, तो आपके शरीर में नई ऊर्जा आती है और यह ऊर्जा आपके शरीर के विभिन्न अंगों को शुद्ध करने का काम करती है। इस पीड़ा को धैर्यपूर्वक देखें और इससे मुक्त हो जाएं।” Shubham: “Ji Babaji!”

राधिका मेहरोत्रा टांक, नई दिल्ली
राधिका (पल्लवी से): “दीदी, आपने बाबा जी के कैलाश जाने की घटना का जिक्र किया था, जहाँ वे एक विशेष वृक्ष के नीचे बैठकर वर्षों तक साधना करते रहे और उसी वृक्ष ने उनकी रक्षा की... कल मुझे ठीक वैसा ही सपना आया जैसा आपने कुछ देर पहले बताया था...”
“बर्फ से ढके पहाड़ उस पेड़ को घेरे हुए थे। मुझे शिव का एक विशाल रूप दिखाई दिया, जो उस पेड़ के अलावा और कुछ नहीं था, और मैंने बाबा जी को उस पेड़ के नीचे बैठे हुए देखा, मानो वे मेरे बहुत करीब हों। क्या आप इस पर कुछ प्रकाश डाल सकते हैं? मुझे अपने कानों पर विश्वास नहीं हो रहा; आपने अभी-अभी वही अनुभव साझा किया जो मैंने अपने सपने में देखा था…”
बाबा जी: “जी हां, तुम मेरे नन्हे चैंपियन हो!”
राधिका: (यह देखकर आश्चर्यचकित कि बाबा जी मुझसे सीधे बात कर रहे हैं) "क्या मुझे आपकी बात समझ नहीं आई, बाबा जी?"
बाबाजी: “अपने पिछले जन्म में तुम ‘सारा’ थीं, मेरी शिष्या।”
राधिका: “मैं आपको प्रणाम करती हूँ बाबा जी!” (कृतज्ञता और सम्मान के आँसू)

आत्म-विकास की कुंजी

जागरूकता

इस डिजिटल युग में, हर कोई विश्वभर में घटित घटनाओं के बारे में अधिक जागरूक हो रहा है। हालांकि, इस प्रक्रिया में हम आध्यात्मिक रूप से अपना ध्यान रखना भूल गए हैं। एक ओर कई लोग स्वयं को बेहतर ढंग से जानने और जीवन का उद्देश्य खोजने के लिए प्रेरित हो रहे हैं, वहीं दूसरी ओर लोग भटक भी रहे हैं।
जब मैंने सत्य और अपने जीवन के उद्देश्य की ओर अपनी यात्रा शुरू की, तो मैंने अपनी जागरूकता बढ़ाने के लिए कुछ चीजों को अपने जीवन में लागू किया। मैं आप सभी के साथ अपने गुरु ब्रह्मर्षि पत्रीजी की शिक्षाओं और अपने स्वयं के अनुभव से प्राप्त ज्ञान को साझा कर रहा हूँ।

1.10 मिनट में ऊर्जा से भरपूर नाश्ता

भोजन मानव जीवन का एक अत्यंत महत्वपूर्ण पहलू है, जहाँ अधिकांश लोग शारीरिक पोषण को लेकर चिंतित रहते हैं। यदि हम इस पर गहराई से विचार करें, तो शरीर को भोजन से केवल 5% ऊर्जा प्राप्त होती है, लेकिन शेष 95% ऊर्जा कहाँ से आती है?
गहरी नींद की अवस्था में लोगों को ऊर्जा प्राप्त होती है। नींद के दौरान प्राप्त होने वाली ब्रह्मांडीय ऊर्जा, भोजन से मिलने वाली ऊर्जा के साथ मिलकर हमें जीवन के वर्षों तक जीवित रहने में मदद करती है। हालांकि, ये ऊर्जाएं एक दिन स्वस्थ और सुखी रहने के लिए पर्याप्त नहीं हैं।
जब मैंने ध्यान की वास्तविक अवधारणा को समझा और अनापानसति का अभ्यास शुरू किया, तब मुझे वास्तव में 'ऊर्जा' का अर्थ समझ आया। शुरुआती दिनों में, जब भी मुझे समय मिलता, मैं पैर जोड़कर, हाथ जोड़कर, आंखें बंद करके 10 मिनट तक अपनी सांसों के स्वाभाविक प्रवाह को महसूस करता था। मुझे जगह या आसपास के माहौल की परवाह नहीं होती थी, मैं बस बैठकर ध्यान करता था और इससे मुझे हर बार एक नई अनुभूति और नया दृष्टिकोण मिलता था।

प्रतिदिन कम से कम 10 मिनट या उससे अधिक समय स्वयं को देने से हमारे भीतर बहुत कुछ बदल जाएगा और सब कुछ अपने आप ठीक हो जाएगा। अभ्यास के साथ-साथ आपको यह ऊर्जादायक नाश्ता और भी अधिक पसंद आने लगेगा। मैं इसे 10 मिनट का ऊर्जादायक नाश्ता कहता हूँ और मुझे इसका आनंद लेने में बहुत खुशी मिलती है। जब हम अपने मन और शरीर में सार्वभौमिक ऊर्जा ग्रहण करते हैं, तो यह हमारी आत्मा को पुनर्जीवित करता है, जहाँ से यह आपके सामने आने वाली हर परिस्थिति के लिए नए द्वार खोलना शुरू कर देता है। वर्तमान पीढ़ी काफी उन्नत है और उनमें से अधिकांश अपनी गलतियों को पहचानने के लिए पर्याप्त जागरूकता प्राप्त कर रहे हैं, लेकिन उन्हें सुधारने में विफल हो रहे हैं। यह 'ऊर्जादायक नाश्ता' उन्हें विवेक की शक्ति को पुनः प्राप्त करने का अवसर देगा और दैनिक अभ्यास से वे अपने भीतर और अपने आसपास एक महान परिवर्तन की यात्रा प्राप्त करेंगे। उन्हें अधिक सकारात्मक ऊर्जा प्राप्त होगी जो उनके परिवेश को प्रभावित करेगी।

2. चेक इन और चेक आउट

हम पृथ्वी पर जन्म लेकर आते हैं, क्योंकि हम इस त्रिआयामी वास्तविकता में शारीरिक रूप से जन्म लेते हैं, और शरीर त्यागने या 'शारीरिक मृत्यु' के साथ ही इस दुनिया से विदा लेते हैं। यह आने-जाने की प्रक्रिया जीवन भर चलती रहती है, जब तक आप इस भौतिक शरीर में हैं। यदि आप किसी विशेष परिस्थिति में प्रवेश करते हैं, तो उससे बाहर भी निकलेंगे। लेकिन क्या आपने कभी अपने विचारों पर गौर किया है? विचारों के समूह में प्रवेश तो होता ही है, बाहर निकलने का रास्ता बहुत कम! हम उन्हें बार-बार इकट्ठा करते और बदलते रहते हैं, जबकि उनसे बाहर निकलने का कोई रास्ता नहीं होता। यह एक बहुत ही महत्वपूर्ण और गंभीर विषय है जिस पर विचार करने की आवश्यकता है और इसके लिए तुरंत एक समाधान योजना की आवश्यकता है।
मैं इसे अपने 10 मिनट के एनर्जी ब्रेकफास्ट रूटीन के साथ सचेत रूप से अभ्यास करता हूँ। हर रात सोने से पहले, मैं बस अपनी आँखें बंद करके शांति से बैठ जाता हूँ; खुद को आराम देता हूँ, फिर खुद से कुछ सरल प्रश्न पूछता हूँ, “क्या मैंने आज कुछ अनावश्यक किया है, कोई ऐसा काम जिसकी ज़रूरत नहीं थी? क्या मैंने कोई अनचाहे शब्द बोले हैं? क्या कोई ऐसी स्थिति है जिससे

मुझे अपराधबोध हुआ हो? मैं खुद को एक इंसान के रूप में कैसा देखना चाहता हूँ?” अगर मुझे अपने कार्यों और शब्दों में सुधार की ज़रूरत होती है, तो सुधार का क्षेत्र अपने आप मेरे सामने आ जाता है। इससे मुझे अपने कर्मों के प्रति स्वीकृति विकसित करने में मदद मिलती है और मेरी परिवर्तन प्रक्रिया अधिक प्रभावी और आसान हो जाती है। शुरुआत में, यह आपको कठिन लग सकता है या इससे आपके वर्तमान कर्मों के प्रति अस्वीकृति उत्पन्न हो सकती है, लेकिन अगर आप इसे एक सप्ताह तक अपनाते हैं, तो आप इसे समझेंगे और इसके लाभ प्राप्त करेंगे।
एक तरफ, आत्मनिरीक्षण का यह छोटा सा अभ्यास आपको अवचेतन रूप से जमा हुई सारी अशुद्धियों को दूर करने में मदद करेगा। यह शुद्धिकरण प्रक्रिया आपको एक नया व्यक्ति बनने में मदद करेगी और साथ ही आपको स्वयं को देखने का एक नया नजरिया भी देगी। आप भीतर से अधिक आत्मविश्वासी महसूस करेंगे।
सफल व्यक्ति कौन होता है?
मेरी राय में, अत्यधिक सफल लोग वे होते हैं जो हर दिन बिना किसी अपराधबोध या शिकायत के चैन से सो सकते हैं। नियमित आत्म-निरीक्षण और आत्म-निरीक्षण की प्रक्रिया के माध्यम से जब हम हर चीज को ग्रहण करने के लिए तैयार होते हैं, तो हमारे जीवन में सब कुछ बदलने लगता है और यह अधिक संतोषजनक हो जाता है।

3. प्रतिक्रिया न दें

हम हमेशा बाहरी और आंतरिक, विशेषकर आंतरिक रूप से, परिस्थितियों पर प्रतिक्रिया करते हैं। किसी भी स्थिति को समझने के लिए, प्रतिक्रिया करने के बजाय भीतर जाकर सोचना और समझना ज़रूरी है। अधिकांश अराजकता हमारी प्रतिक्रिया के कारण ही उत्पन्न होती है, क्योंकि भीतर चल रही हर बात हमारे मन और विचारों को विचलित करती है, जिससे स्वयं और दूसरों के प्रति हमारा दृष्टिकोण दूषित हो जाता है। अपनी सोच को इस प्रकार विकसित करें कि स्थिति की पूरी तस्वीर स्पष्ट होने से पहले कोई भी बाहरी विचार आपको प्रभावित न कर सके। आपको एक निष्पक्ष दर्शक की भूमिका निभानी चाहिए। उदाहरण के लिए, अगर आपका बॉस आपके काम से नाखुश है और कहता है कि आप अच्छा प्रदर्शन नहीं कर रहे हैं, तो खुद के बारे में नकारात्मक विचार आने देने के

बजाय, यह सोचें कि "आपमें क्या कमी है?" सुधार के क्षेत्र पर ध्यान देना ज़रूरी है, तभी आप बेहतर प्रदर्शन करने का उपाय खोज पाएंगे। हालांकि, अगर आप प्रतिक्रिया देते हैं और खुद को नीचा दिखाने वाले विचारों में उलझ जाते हैं, तो आप नकारात्मक ऊर्जाओं को अपने और अपने आस-पास के वातावरण पर हावी होने दे रहे हैं।
याद रखें, आप अपने घर, शरीर और मन के स्वामी हैं। यदि आप किसी को या किसी चीज को अपने भीतर प्रवेश करने की अनुमति देते हैं, तभी वह आपको प्रभावित करेगा। अधिकतर मामलों में, लोग इन ऊर्जाओं से इतने प्रभावित हो जाते हैं कि वे अवसादग्रस्त हो जाते हैं या सुन्नता की स्थिति में चले जाते हैं— जिसे मानसिक आक्रमण भी कहा जाता है, जिसका अर्थ है कि प्रभावित व्यक्ति ने किसी को या किसी चीज को इस प्रकार से गंभीर रूप से प्रभावित होने दिया है। खुद को बचाने का सबसे अच्छा तरीका है प्रतिक्रिया न देना, बल्कि समझदारी से काम लेना। भले ही आपने नकारात्मक ऊर्जाओं को अपने भीतर जगह दे दी हो और आप निराश हो गए हों, फिर भी ध्यान के अभ्यास से आप ब्रह्मांड की ऊर्जा के माध्यम से आत्मविश्वास प्राप्त कर सकते हैं। भले ही आप किसी मानसिक हमले या अवांछित नकारात्मक ऊर्जाओं से आध्यात्मिक रूप से पंगु हो गए हों, फिर भी आप वापस पटरी पर आ सकते हैं।
हर समय प्रतिक्रिया देना और चुप रहना मुश्किल है क्योंकि मानवीय स्वभाव भावनाओं से प्रेरित होता है, विशेषकर नकारात्मक भावनाओं से। इसका अंतिम उपाय अभ्यास है, जितना अधिक आप क्षमा करने और परिस्थितियों पर प्रतिक्रिया देने का अभ्यास करेंगे, उतना ही अधिक आपको स्पष्टता प्राप्त होगी।

4. स्वप्न प्रेक्षक

सपना महज सपना नहीं होता...यह सूक्ष्म जगत में एक वास्तविकता है। आपके विचार सूक्ष्म जगत में शीघ्र ही वास्तविकता में परिवर्तित हो जाते हैं। जब आप अपने सपनों का अवलोकन करते हैं, तो आपकी सीखने की प्रक्रिया तेज हो जाती है और इस प्रकार अपने सपनों पर आंतरिक रूप से कार्य करके किसी भी ज्ञान को प्राप्त करने में लगने वाला समय कम हो जाता है।

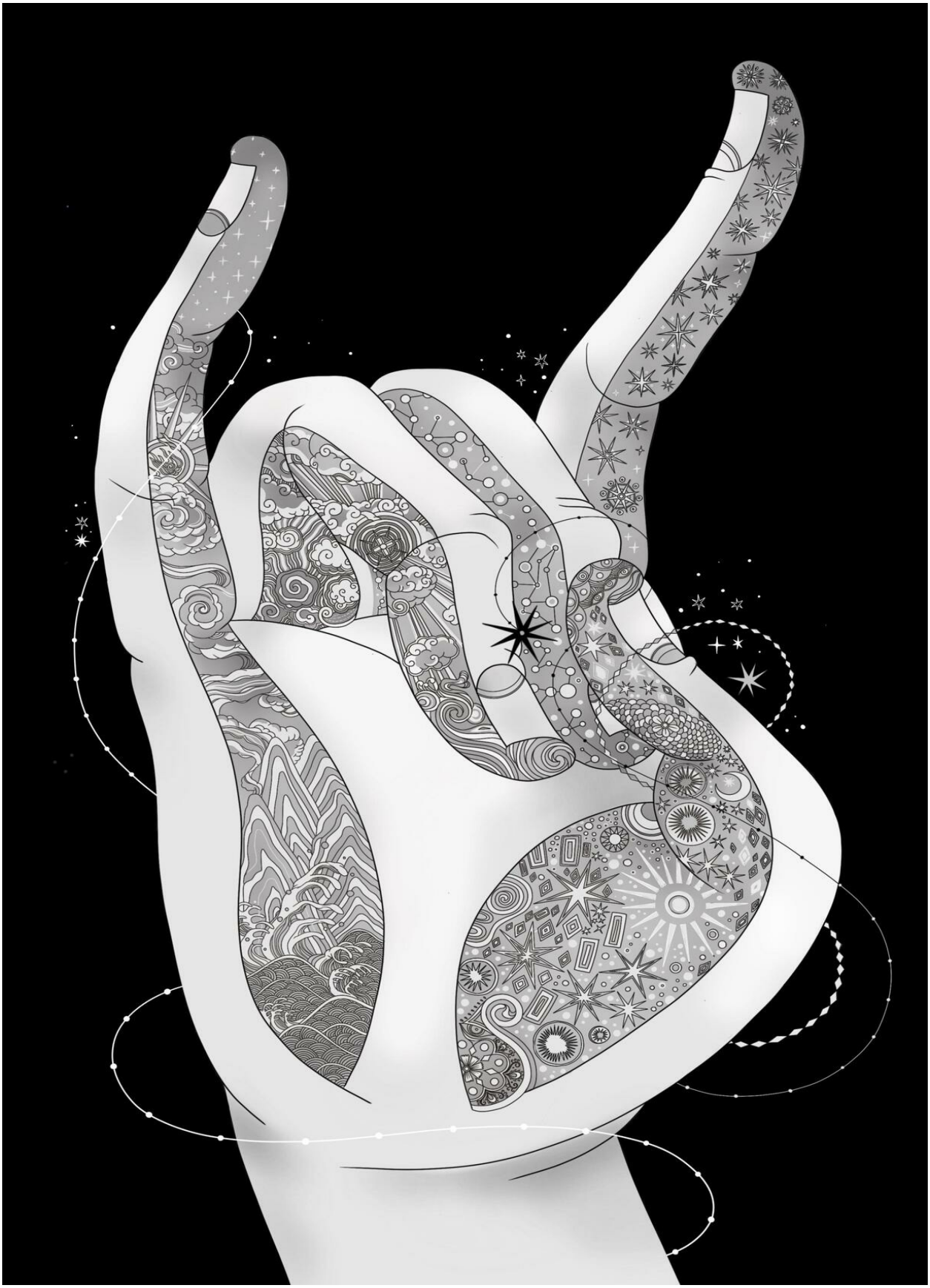
जब आप एक प्रेक्षक बनने का प्रयास करेंगे, तब आप वास्तविक सत्य को देख और समझ पाएंगे। आप यह जान पाएंगे कि आपके माध्यम से घटित हो रही सभी चीजों का स्रोत आप ही हैं।
इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि आपको अपने सभी सपने याद हैं या नहीं, बस अपने काम की शुरुआत करने के लिए अपने कम से कम एक सपने पर काम करें।
आपको अपने बारे में बहुत कुछ सीखने को मिलेगा। अपने सपनों पर काम करने से आपके भीतर एक बड़ा परिवर्तन आएगा। धीरे-धीरे, आप दिवास्वप्न देखने या कल्पना शक्ति खोने की आदत को तोड़ देंगे, क्योंकि आप अपने अवचेतन मन की चेतना के उच्च स्तर को प्राप्त कर लेंगे।

5. पढ़ना

अपने वास्तविक स्वरूप को जानने से पहले मैं एक औसत पाठक था। जब मुझे यह समझ आया कि परम सत्य उस भौतिक वास्तविकता से भिन्न है जिसमें हम जी रहे हैं, तब मैं एक उत्साही पाठक बन गया।
मैं किताबों के बिना नहीं रह सकता। प्रतिदिन कम से कम एक पृष्ठ पढ़ना मेरी बुद्धि के लिए पोषण है। मुझे परम गुरु ब्रह्मर्षि पितामह पत्रीजी द्वारा सुझाई गई असंख्य आध्यात्मिक पुस्तकों से परिचय हुआ। वे हमेशा लोगों को जितना हो सके पढ़ने के लिए प्रोत्साहित करते हैं। वे कहते हैं, "पुस्तकें ज्ञान प्राप्ति का सबसे तेज़ मार्ग हैं", इसलिए मैंने किताबें पढ़ने की आदत विकसित की, जिससे मुझे अपने अंतर्मन को रोशन करने में मदद मिली। किताबें आपकी सबसे करीबी दोस्त होती हैं। रोज़मर्रा की ज़िंदगी में आप चाहे कितनी भी चुनौतियों का सामना कर रहे हों, घर में हमेशा कोई न कोई किताब मिल ही जाती है जो आपको मन की शांति पाने में मदद करती है। ये किताबें ज्ञान की प्यास बुझाने में भी सहायक होती हैं। विभिन्न लेखकों की किताबें पढ़कर जो ज्ञान प्राप्त होता है, वह आपकी बुद्धि को चेतना के उच्च स्तर तक ले जाता है। मेरे व्यक्तिगत अनुभव में, किताबें पढ़ना एक अद्भुत अनुभव रहा है। मैं उस किताब के लेखक से जुड़ जाता था और उनसे किताब में दी गई जानकारी से कहीं अधिक ज्ञान प्राप्त करता था।
रोजाना एक पन्ना पढ़ें और अपनी चिंताओं को दूर रखें, ठीक वैसे ही जैसे रोजाना एक सेब खाने से डॉक्टर दूर रहता है!

6. यह आपका नहीं है

जीवन में हम अक्सर सोचते हैं कि ऐसी बहुत सी चीजें हैं जिन्हें हम नहीं समझते और हम सोचते हैं, "हमारे लिए क्या है?" जब हम बाहरी दुनिया को अपनी भौतिक आँखों से देखते हैं, तो दुनिया चकाचौंध भरी लगती है और हम अक्सर यह सोचकर खो जाते हैं कि सब कुछ हमारा ही है। हालांकि, यह समझना हमारे लिए महत्वपूर्ण है कि हमारे भीतर गहराई से झाँकने पर हमें पता चलता है कि हमारे पास जो कुछ भी है, वह भौतिक दुनिया से कहीं अधिक व्यापक और परे है। ब्रह्मांड हमेशा सही अवसरों के माध्यम से हमारी मदद करता है, लेकिन हम उनसे सबक सीखने में असफल रहते हैं। आपके आस-पास के लोग अपनी उपलब्धियों के बारे में बात करते हैं। वे आपको बताते हैं कि उनके लिए क्या सुविधाजनक है और आपको यह विश्वास दिलाते हैं कि यह आपके लिए भी सही है... लेकिन एक ही सूत्र हर किसी पर लागू नहीं होता क्योंकि प्रत्येक व्यक्ति का अनुभव अद्वितीय होता है।
यह सुनने में कठिन लग सकता है क्योंकि हम स्वयं को बेहतर ढंग से समझने के लिए विभिन्न अनुभवों से सीखते हैं और उन अनूठे अनुभवों के माध्यम से सही समझ प्राप्त करते हैं। जैसे-जैसे आपको यह स्पष्टता मिलती है कि आपके लिए क्या सही है और क्या गलत, आप उन चीजों को 'ना' कहना भी सीखते हैं जो आपके जीवन के उद्देश्य में सहायक नहीं हैं। इसी तरह आपको अपने सच्चे उद्देश्य की पूर्ति के लिए स्पष्टता प्राप्त होगी।



बाबाजी की अवधारणा
मुद्रा

जैसा कि पिरामिड स्पिरिचुअल के संस्थापक, ब्रह्मर्षि पितामहा पात्रीजी ने बताया
सोसाइटी मूवमेंट, भारत।

मनुष्य के हाथ में पाँच उंगलियाँ होती हैं।
छोटी उंगली
रिंग फिंगर
बीच की ऊँगली
तर्जनी उंगली
अंगूठा उंगली
ये अलग-अलग उंगलियां आध्यात्मिक विज्ञान के क्षेत्र में विभिन्न अवधारणाओं का प्रतीक हैं।
छोटी उंगली - शारीरिक अंग
अनामिका उंगली - मन
मध्य उंगली - बुद्धिमत्ता
तर्जनी उंगली - ब्रह्मांडीय स्व
अंगूठा - अतिचेतना

“भौतिक शरीर”

हमें भौतिक शरीर अपने माता-पिता और पृथ्वी तत्वों से प्राप्त होता है। भौतिक शरीर हमारे संपूर्ण स्वरूप का सबसे छोटा भाग है। इसीलिए इसे छोटी उंगली से दर्शाया जाता है।
जब हम बच्चे थे, तो हम पेशाब करने के लिए अपनी छोटी उंगली दिखाते थे... ‘छोटी उंगली’ शारीरिक शरीर का प्रतिनिधित्व करती है।

"मन"

जब दो हृदय और दो मस्तिष्क मिलते हैं और एक ही आवृत्ति पर स्पंदित होते हैं, तो वास्तव में विवाह हो जाता है, और वे केवल अनामिका उंगली पर ही अंगूठियों का आदान-प्रदान करते हैं, किसी अन्य उंगली पर नहीं...
मन समाज के उपदेशों से बनता है। यदि हम हिंदू परिवार में पले-बढ़े हैं, तो हमारा मन हिंदू होगा। यदि हम ईसाई परिवार में पैदा हुए और पले-बढ़े हैं, तो हमारा मन ईसाई होगा, और इसी प्रकार यह क्रम चलता रहेगा।
◆ ◆ ◆
इसके अलावा, अनामिका उंगली छोटी उंगली से काफी बड़ी होती है, जो यह दर्शाती है कि "मन" "शारीरिक शरीर" से अधिक महत्वपूर्ण है।
वास्तव में, मन ही भौतिक शरीर का पूर्ण नियंत्रक है।
अनामिका उंगली मन का प्रतिनिधित्व करती है।

“बुद्धि”

बुद्धि अच्छे और बुरे, सत्य और असत्य, सही और गलत, उचित और अनुचित, सुंदर और बदसूरत के बीच अंतर करती है - समाज में मौजूद कारकों की परवाह किए बिना। जबकि मन सामाजिक कंडीशनिंग और पूर्वाग्रहों के कारण स्वचालित हो जाता है, वहीं बुद्धि कम पूर्वाग्रही और कम पक्षपाती होती है।
बुद्धि किसी आत्मा के सभी जन्मों और जन्मों के सभी कर्मों सहित उसके सभी अनुभवों का सार है। हमारे सभी पूर्व जन्मों के अनुभव वर्तमान बुद्धि का स्रोत—केंद्र बन जाते हैं। बुद्धि आत्मा के ‘स्वर्ग काल’ और ‘पृथ्वी काल’ के संपूर्ण इतिहास का अंतिम परिणाम है।
हम देखते हैं कि मध्यमा उंगली अनामिका उंगली से बड़ी होती है। बुद्धि मन से कहीं अधिक शक्तिशाली होती है।
जीवन के सभी अनुभवों का समग्र स्वरूप इस जीवन अनुभव और समाज की सामान्य सोच से कहीं अधिक व्यापक है।
'मध्यमा उंगली' बुद्धिमत्ता का प्रतीक है।

“व्यक्तिगत स्व”

जब हम किसी की ओर इशारा करते हैं, तो हम तर्जनी उंगली का इस्तेमाल करते हैं, किसी और उंगली का नहीं!
वास्तव में, हम केवल अपना भौतिक शरीर नहीं हैं; हम केवल अपना मन नहीं हैं; हम केवल बुद्धि नहीं हैं। हम आत्मा हैं, आत्म हैं—ब्रह्मांडीय स्व हैं। “आत्मा” चेतना, ऊर्जा और ज्ञान का एक शाश्वत कण मात्र है!
व्यक्तिगत आत्मा को "जीवात्मा" भी कहा जाता है।
तर्जनी उंगली व्यक्ति के स्वयं का प्रतिनिधित्व करती है।

“ब्रह्मांडीय स्व”

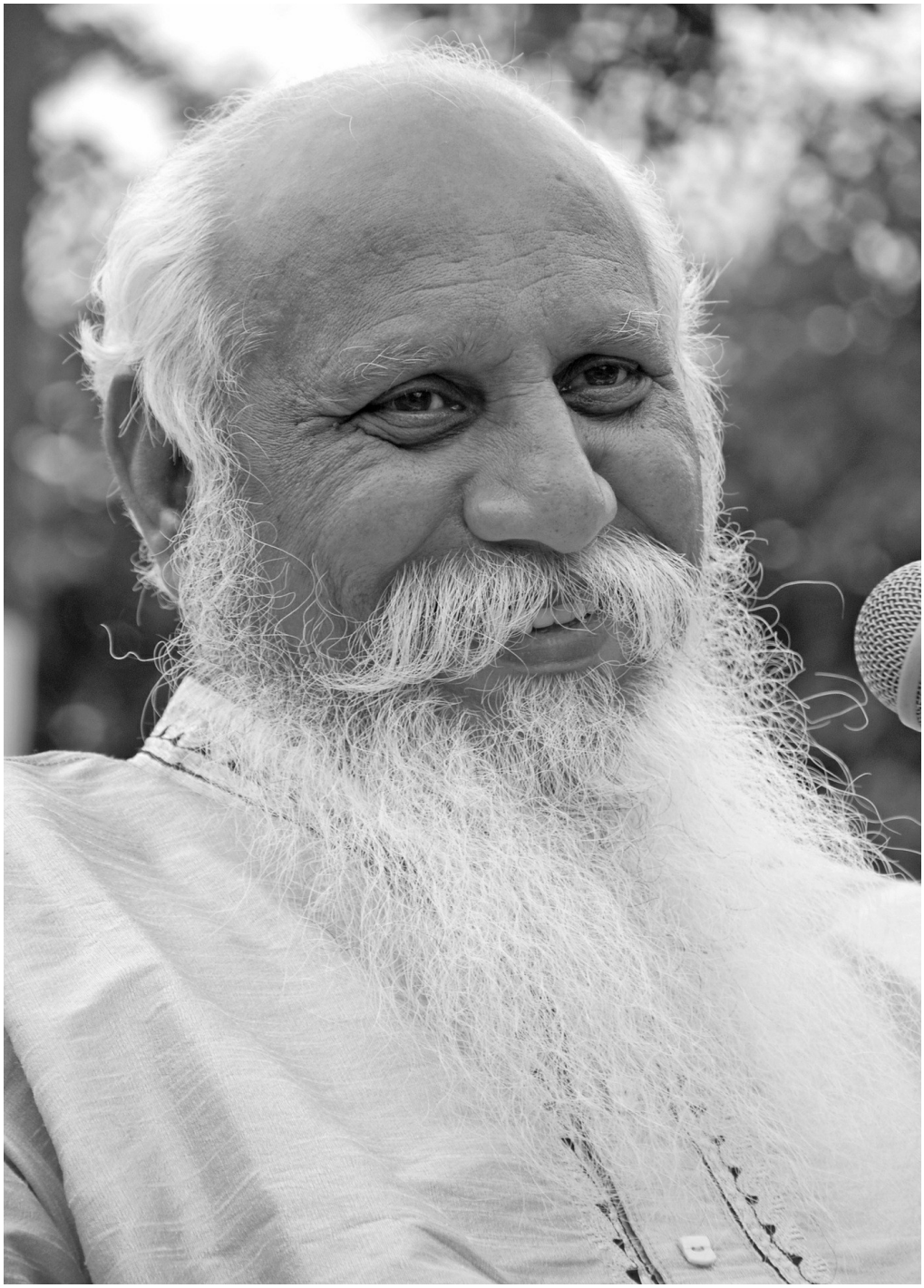
व्यक्तिगत आत्मा का मूल स्रोत सर्वोच्च चेतना है - हम सभी अपने भौतिक शरीर, मन और बुद्धि में एक दूसरे से भिन्न हैं, फिर भी, हमारा आत्मा स्रोत एक ही है और हम सभी ब्रह्मात्मा के स्तर पर एक हैं।
मूल स्रोत, असंख्य व्यक्तिगत आत्माओं का अनंत स्वरूप, परम चेतना कहलाता है। इस मूल स्रोत-अनंत स्वरूप को "ब्रह्मात्मा", "सर्व भूतात्मा" या "ब्रह्मांडीय आत्मा" भी कहा जाता है।
सर्वोपरि सत्य यह कहता है:
“Mamatma-Sarva-Bhuthatma”
“मेरा व्यक्तिगत स्वरूप ही समस्त प्राणियों में व्याप्त ब्रह्मांडीय स्वरूप है।”
जीत का संकेत हमेशा अंगूठे से ही मिलता है।
अतिचेतना को 'अंगूठे' द्वारा दर्शाया जाता है।

“बाबा मुद्रा”

बाबा मुद्रा में अनामिका और मध्यमा उंगली को अंगूठे से पकड़ा जाता है। बाबा मुद्रा में छोटी उंगली और तर्जनी उंगली को छुआ नहीं जाता है।
इसका महत्व यह है कि हमारी आध्यात्मिक साधनाओं में भौतिक शरीर के साथ छेड़छाड़ करने की बिल्कुल भी आवश्यकता नहीं है! हमें कभी भी भौतिक शरीर को कष्ट नहीं देना चाहिए। कभी नहीं!

भौतिक शरीर अत्यंत गौरवशाली और अद्भुत है तथा प्रकृति की सर्वोच्च उपलब्धि है, जिसका मार्गदर्शन प्रकृति की आत्माओं द्वारा किया जाता है।
कठिन हठ योग क्रियाओं का अभ्यास करने की आवश्यकता नहीं!
असंभव शीर्षासनों की कोई आवश्यकता नहीं है!
दूसरी उंगली, यानी अनामिका उंगली, यानी मन को नियंत्रित करना आवश्यक है। मन को पूर्णतः अनुशासित और पूरी तरह से सुधारा जाना चाहिए।
◆ ◆ ◆
समाज के सभी पूर्वाग्रह और मूर्खताएँ व्यक्ति के मन में स्पष्ट रूप से प्रतिबिंबित होती हैं। समाज के ये पूर्वाग्रह और मूर्खताएँ व्यक्ति के विवेक और आध्यात्मिक बुद्धि को बाधित करती हैं। व्यक्ति के मन पर समाज के इन सभी पूर्वाग्रहों और मूर्खताओं के प्रभाव को समाप्त करना ही ध्यान की प्रक्रिया है।
मन को वश में करने का उपाय क्या है?
ब्रह्मांडीय स्व!
हालांकि, इस पर व्यक्ति की स्वयं की सहमति होनी चाहिए।
जब व्यक्तिगत आत्मा को यह एहसास होता है कि मन को सुधारने और शुद्ध करने की आवश्यकता है, तो वह ध्यान में लीन हो जाती है। तब, ब्रह्मांडीय आत्मा कार्यभार संभालती है और अपनी ब्रह्मांडीय ऊर्जा/ब्रह्मांडीय मन के माध्यम से मन को शुद्ध और सही करती है।
बाबा मुद्रा में अनामिका उंगली को अंगूठे द्वारा नियंत्रित किए जाने का यही प्रतीकात्मक अर्थ है।
◆ ◆ ◆
इसी प्रकार, सीमित बुद्धि - यानी मध्य उंगली - को भी वश में करने की आवश्यकता है क्योंकि सीमित सांसारिक बुद्धि "आधा ज्ञान" का प्रतिनिधित्व करती है और आधा ज्ञान अत्यंत खतरनाक होता है।
◆ ◆ ◆
अपूर्ण ज्ञान का निवारण केवल पूर्ण ज्ञान से ही होता है और ब्रह्मांडीय आत्म ही पूर्ण ज्ञान है।
बाबा मुद्रा में अंगूठे द्वारा मध्यमा उंगली को नियंत्रित करने का यही प्रतीकात्मक अर्थ है।

जब व्यक्ति का आत्मज्ञान प्राप्त करने का 'निर्णय' लेता है, तो वह ध्यान के अभ्यास में जाने का चुनाव करता है।
जब व्यक्ति ध्यान का चुनाव करता है, तब ब्रह्मांडीय आत्मा कार्यभार संभालती है और सांसारिक बुद्धि रूपी सीमित बुद्धि को अपनी आध्यात्मिक बुद्धि और आध्यात्मिक ज्ञान से रूपांतरित कर देती है, जिसे "शुद्ध बुद्धि" भी कहा जाता है।
◆ ◆ ◆
सांसारिक बुद्धि को आध्यात्मिक बुद्धि में परिवर्तित करना ही ज्ञान योग कहलाता है!
सबसे महत्वपूर्ण बात यह समझना है कि ध्यान योग का अभ्यास करते समय ज्ञान योग स्वतः ही और स्वाभाविक रूप से घटित होता है।
बाबा मुद्रा का सार
अनामिका उंगली का सुधार = ध्यान योग
मध्य उंगली का सुधार = ज्ञान योग
सांसारिक मन की अवस्था से शुद्ध बुद्धि की अवस्था की ओर यात्रा करना ही ध्यान, आध्यात्मिकता, आध्यात्मिक विज्ञान या ज्ञानोदय कहलाता है।
◆ ◆ ◆
सही ध्यान करें
अनापानसती ध्यान करें
एक परिपूर्ण गुरु बनें



Brahmarshi Pithamaha Patriji,

□□□□ □□□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□ □□□□□□□□□□

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible] (Ecosystem) [illegible] [illegible] [illegible]

ऐसी बैठकें जो
रूपांतरित हों!
ससंथ द्वारा

हम एक ही अस्तित्व का हिस्सा हैं, एक एकीकृत वास्तविकता जो आत्मा, मन और शरीर के रूप में अलग-अलग प्रकट होती है। पल्लवी से मिलना अत्यंत गहन अनुभव था, मानो मेरे जीवन में एक महत्वपूर्ण घटना जिसने दिशा बदल दी हो। वास्तव में, यदि यह वास्तविकता विभाजित होती, तो जीवन वैसा नहीं रह पाता जैसा हम जानते हैं।
पल्लवी से मेरी मुलाकात एक आध्यात्मिक समूह के माध्यम से हुई, जिसमें हम सभी शामिल हैं। एक दिन मैंने एक पोस्ट पर यूं ही एक टिप्पणी कर दी और ऐसा लगा जैसे मेरे शब्द गहन चिंतन से निकले हों। इसी से एक चर्चा शुरू हुई और वह चर्चा चलती रही। यहीं से हमारी बातचीत शुरू हुई और कभी रुकी नहीं। हमारी चर्चाएँ हमेशा सच्ची आध्यात्मिक प्रकृति की होती थीं।
मेरे लिए अपने अंतर्मन से जुड़ना एक संयोगवश ही हुआ था, जिसके कारण मेरा जीवन विचित्र हो गया, क्योंकि मैं कभी यह नहीं जान पाई कि मैं जैसी हूँ वैसी क्यों हूँ। इस विभाजित दुनिया में मुझे अकेलापन महसूस होता था, लेकिन पल्लवी से मिलने के बाद मुझे एहसास हुआ कि 'आज के युग में भी असाधारण लोग हमारे बीच रहते हैं', और यह हम सभी के भीतर ही है। हमारी विभिन्न चर्चाओं के दौरान उन्होंने ध्यान में अनुभव किए गए विभिन्न संसारों के जीवंत दृश्य साझा किए। मैं चुपचाप सुनती रही क्योंकि वह वास्तव में वही वर्णन कर रही थीं जो मैंने स्वयं देखा था, और विवरण हमेशा सटीक होते थे, लेकिन मैं उन्हें कभी यह नहीं बता पाई कि 'वह मेरे साथ उन मान्यताओं को साझा कर रही थीं जिन्हें मैं जीवन भर अपने भीतर लिए फिरती रही, और वह हमेशा चाहती थीं कि मैं और अधिक उन्नत हो जाऊँ'। उनके माध्यम से मैं वास्तव में इस बात की पुष्टि कर रही थी कि सब एक है। मुझे एहसास हुआ कि वह आत्मा के स्तर पर संबंध स्थापित कर सकती हैं। मैं वास्तव में चाहती थी कि वह अपना ज्ञान और अनुभव दुनिया के साथ साझा करें क्योंकि उनके जैसी शख्सियत ही अभ्यास के माध्यम से अंतर्मन के विज्ञान को समझती हैं और उन्होंने जीवन के सभी पहलुओं में सफल होते हुए भी यह कर दिखाया।

जब उसने मुझे बाबा जी के बारे में लिखी जा रही अपनी किताब के बारे में बताया, तो मैं बेहद खुश हो गया। मैं उस काम को पूरा होते देखना चाहता था। आज जब मैं किताब में ये शब्द पढ़ रहा हूँ, तो मैं आपसे यह कहना चाहता हूँ कि हम सब ईश्वर हैं, क्योंकि हम सब ईश्वर में हैं, ईश्वर से हैं और हमारा गंतव्य ईश्वर ही है।
जैसा कि महान ऋषि विवेकानंद ने उद्धृत किया है, 'जैसे विभिन्न स्थानों से निकलने वाली विभिन्न धाराएँ अपना जल समुद्र में मिलाती हैं, हे प्रभु, विभिन्न प्रवृत्तियों के कारण मनुष्य द्वारा अपनाए गए विभिन्न मार्ग, चाहे वे टेढ़े-मेढ़े दिखाई दें या सीधे, सभी आपकी ओर ले जाते हैं' (शिव महिमाम स्तोत्रम 7)।
पल्लवी हमें हमारी वास्तविक प्रकृति से जोड़ती हैं, चिंतनशील और ज्ञानी मनुष्य की वास्तविक प्रकृति से। यह पुस्तक आपको उसी प्रकार प्रेरित करेगी, जैसे उनके शब्दों और अनुभवों ने मुझे गहराई में जाने के लिए प्रेरित किया है, और हमारे भीतर ऐसे खजाने छिपे हैं जिनकी हमने कभी कल्पना भी नहीं की होगी।
यह पुस्तक मानवता की चेतना में एक नया अध्याय खोलेगी। इन शब्दों के माध्यम से, अपने सत्य को प्रस्तुत करने का एक नया आयाम, भीतरी चेतना का वैज्ञानिक अवलोकन, हमारी चेतना का हिस्सा बन जाएगा। शब्दों के इतने सुंदर प्रवाह से लिखी गई इस पुस्तक को पढ़कर आपको ऐसा लगेगा मानो आप स्वयं संवाद को देख रहे हों। यह पुस्तक आपको बाबा जी से जोड़ेगी, उस महान गुरु से जो बिना हमारी जानकारी के हम सभी तक पहुँचते हैं। अब जानने का समय आ गया है।
Sassanth M Shanmadhuran,
सीईओ और संस्थापक,
स्टेलर इनोवेशन ग्रुप,
कतर।

शब्दावली

अनापानसति - श्वास पर ध्यान केंद्रित करके की जाने वाली ध्यान विधि। आत्मा
- प्राण
पिरामिड मास्टर - ध्यान करने के लिए पिरामिड की ऊर्जा का उपयोग करने वाला व्यक्ति। महावतार बाबाजी - हिमालय से आए गुरु या परम पूज्य गुरु। ब्रह्मर्षि - ब्रह्म में विलीन हो चुके ऋषि। पितामह - आध्यात्मिक गुरुओं की परंपरा में पिता तुल्य व्यक्ति। मंत्र - आहुति-मंत्र।
पिरामिड ऊर्जा - पिरामिड से प्राप्त होने वाली ऊर्जा। महायोगी - परम आध्यात्मिक गुरु।
कंथिलोकम - प्रकाश जगत
आत्मालोकम - आत्माओं की दुनिया
सत्यलोकम - वह संसार जहाँ केवल सत्य का ही बोलबाला है, सर्वोच्च आयाम। शिव
- 'परमात्मा' के रूप में पूजे जाने वाले देवता।
संघ - प्रबुद्ध आत्माओं का समूह
योगी - वह व्यक्ति जो योग का अभ्यास करता है
वेद - हिंदुओं का ईश्वरीय ग्रंथ जिसमें उपनिषद शामिल हैं। गीता - भगवद्गीता, हिंदुओं का सबसे पवित्र ग्रंथ। उपनिषद - वैदिक साहित्य। शास्त्रार्थ - शास्त्रों का सच्चा अर्थ
अहमकारा - हाँ
Sanyasi - Renunciate,monk
सूत्र - संस्कृत साहित्य में एक नियम या सूत्र। कैलाश - हिमालय की एक पवित्र चोटी।
क्रिया योग - हठ योगिक व्यायाम
Sadhna - Meditational practice
Jata - Matted hair
सिद्धियाँ - प्रमुख मानसिक शक्तियाँ; पूर्णताएँ
समाधि - वह अतिचेतना की अवस्था जहाँ परम सत्ता का अनुभव होता है। धोती - हिंदू पुरुषों द्वारा पहना जाने वाला वस्त्र अंगवस्त्रम - कंधों को ढकने के लिए पहना जाने वाला कपड़ा

तमिलनाडु - दक्षिण भारत का एक प्रांत
ज्योति - प्रकाश
डीप - लैंप
ध्यानासाधना - ध्यान का अभ्यास
कर्म - कारण और प्रभाव के नियम के अनुसार कार्य करना। सात्विक - शुद्ध। सज्जन-संगति - आत्म-साक्षात्कार प्राप्त, समान विचारधारा वाले लोगों का समूह। महादेव - हिंदू देवता भगवान शिव का एक नाम। वासुकी - हिंदू पौराणिक कथाओं में वर्णित सर्प का नाम। ध्यान - ध्यान साधना।
बाबा मुद्रा - महावतार बाबाजी द्वारा प्रतिपादित हठ योग में उंगलियों के प्रतीक का एक प्रकार।
ब्रह्मात्मा - मूल सृजनात्मक ऊर्जा/चेतना; जीवात्मा - व्यक्तिगत आत्मा/चेतना
सर्वभूतात्मा - वह ऊर्जा जो सभी प्राणियों में व्याप्त है, जिसमें तत्व भी शामिल हैं। मात्मा-सर्व - भूतात्मा - एक आत्मा।
शीर्षासन - योगिक व्यायाम में सिर नीचे, पैर ऊपर की मुद्रा। हठ योग - शारीरिक पूर्णता का योग।
ShuddhaBuddhi - Pure intelligence
ज्ञान योग - ज्ञान/बुद्धि का योग
ध्यान योग - ध्यान का योग

लेखक के बारे में

मास्टर पल्लवी

मास्टर पल्लवी एक उत्साही ध्यान विशेषज्ञ हैं। वे एक वरिष्ठ पिरामिड मास्टर हैं और पिछले 14 वर्षों से पिरामिड आध्यात्मिक समाज आंदोलन के लिए समर्पित रूप से काम कर रही हैं। अनापानसति ध्यान का अभ्यास करने के बाद उनका जीवन बदल गया। वे अनुभवी कार्यशालाओं का आयोजन करके आध्यात्मिकता के विज्ञान का प्रसार जारी रखती हैं। अपने जीवन के इस सफर में उन्होंने अंतर्ज्ञान जैसी क्षमताओं को अपनाया है, लेकिन अपने गुरु ब्रह्मर्षि पितामह पत्रीजी के सही मार्गदर्शन में ही वे इसके वास्तविक उद्देश्य को समझ पाईं। परिवर्तनकारी स्वभाव की पल्लवी, मैड बुद्धास की संस्थापक और निदेशक हैं। यह उन सभी कलाकारों और लेखकों के लिए एक मंच और द्वार है जो आध्यात्मिकता के विज्ञान को विश्व भर में फैलाने के लिए रचनाएँ बनाना चाहते हैं। कंपनी ने शाकाहार, ध्यान और सजगता के महत्व पर लघु एनिमेशन फिल्में जारी की हैं।

नोट

प्रकाशक

एमबी पब्लिशिंग हाउस भारत का पहला स्व-प्रकाशक प्रकाशन गृह है।
मन, शरीर और आत्मा के लिए एक मंच।
क्या आप अपनी कहानियाँ और अनुभव साझा करना चाहते हैं?
क्या आप दुनिया से जुड़े हैं? हम कई प्रकार की पुस्तकें प्रकाशित करते हैं।
आत्म-सहायता और आध्यात्मिकता पर।
हमारी पुस्तकों को देखने के लिए हमारी वेबसाइट पर जाएँ। www.mbpublish.com
आप बेझिझक हमसे संपर्क कर सकते हैं।
contact@mbpublish.com
कृपया अपनी प्रतिक्रिया या सुझाव दें! हमें आपसे सुनना प्रिय लगेगा। फेसबुक - /mbpublishinghouse इंस्टाग्राम - @mbpublishinghouse